



Siempre hay tiempo.
Atención al adulto mayor privado de la libertad en Colombia

Mónica Mendoza Molina
Laura Marcela Luna Buitrago
Carol Iván Abaunza Forero
Giovanny Paredes Álvarez
Paola Bustos Benítez

MENDONZA MOLINA, M., LUNA BUITRAGO, L.M., ABAUNZA FORERO, C.I., PAREDES ÁLVAREZ, G., and BUSTOS BENÍTEZ, P. *Siempre hay tiempo*. Atención al adulto mayor privado de la libertad en Colombia [online]. Bogotá: Editorial Universidad del Rosario, Instituto Rosarista de Acción Social –SERES, 2016, 194 p. ISBN: 978-958-738-757-5. https://doi.org/10.12804/se9789587387575.




Universidad del
Rosario

Siempre hay tiempo. Atención al adulto mayor privado de la libertad en Colombia

Resumen

El programa "Atención al adulto mayor privado de la libertad en Colombia" se construyó con base en los resultados de una investigación sobre este aspecto particular, realizada en el año 2014, en la que participaron hombres y mujeres de diez Establecimientos de Reclusión del Orden Nacional –ERON–, aportando consideraciones sobre sus condiciones de vida y experiencias en prisión, desde la perspectiva de la adultez mayor. Esto permitió la definición de cinco ejes específicos de intervención (expectativa de vida, familiar, psicológico, prevención de la reincidencia e identificación de la conducta delictiva), que se desarrollan a lo largo del texto, en sus componentes conceptual, metodológico y de aplicación. El programa tiene como objeto brindar atención diferencial tanto individual, como grupal a los adultos mayores durante su tiempo de internamiento, con el fin de aportar al mejoramiento de sus condiciones de vida. Está dirigido a profesionales de diversas áreas con interés en trabajo comunitario con adultos mayores y personas privadas de la libertad, funcionarios del Sistema Nacional Penitenciario y Carcelario Colombiano –SNPC– y diseñadores de la política pública de atención a estas poblaciones específicas.

Palabras clave: Adulto mayor, privación de la libertad, tratamiento penitenciario, atención, presos, trabajo social, Colombia; trabajo social con ancianos, delincuentes y criminales.

There's Always Time. Care of Elderly Prisoners in Colombia

Abstract

The Program Care of Elderly Prisoners in Colombia (*Atención al adulto mayor privado de la libertad en Colombia*) was established based on the results of a study conducted in 2014 with the participation of women and men in ten prisons. This study provided the perspectives of older adults regarding their experiences and living conditions while incarcerated in Colombian prisons. Using the results of the study, five specific areas for intervention were identified: life expectancy, psychological implications, implications for prisoners' families, the identification of illegal behaviors, and the prevention of recidivism. These focus areas are discussed theoughout the text with respect to their conceptual and methodological implications and in terms of the application of practices designed to address them constructively. The aim of the program is to provide the individual and group services that older prisoners especially need in order to improve their living conditions during their time in confinement, and that differentiate them from the general prison population. This work should be of interest to professionals in various fields with an interest in community work with prisoners and older adults, to employees of the Colombian National System of Jails and Penitentiaries (*Sistema Nacional Penitenciario y Carcelario Colombiano* –SNPC) and to policy makers in the area of services provided to the target population.

Keywords: Elderly, incarceration, treatment of prisoners, prison services, older prisoners, social work, Colombia; social work with the elderly, with convicts, and with criminals.

Para citar este libro

Mendoza Molina, M., Luna Buitrago, L.M., Abaunza Forero, C.I., Paredes Álvarez, G. y Bustos Benítez P. *Siempre hay tiempo. Atención al adulto mayor privado de la libertad en Colombia*. (2016). Bogotá: Editorial Universidad del Rosario.

DOI: http://dx.doi.org/10.12804/se9789587387575

Siempre hay tiempo
Atención al adulto mayor privado de la libertad en Colombia

Mónica Mendoza Molina
Laura Marcela Luna Buitrago
Carol Iván Abaunza Forero
Giovanny Paredes Álvarez
Paola Bustos Benítez

Siempre hay tiempo. Atención al adulto mayor privado de la libertad en Colombia / Mónica Mendoza Molina / Laura Marcela Luna Buitrago, Carol Iván Abaunza Forero, Giovanny Paredes Álvarez, Paola Bustos Benítez - Bogotá: Editorial Universidad del Rosario, Instituto Rosarista de Acción Social –SERES–, 2016.
194 páginas.
Incluye referencias bibliográficas.

ISBN: 978-958-738-756-8 (impreso)
ISBN: 978-958-738-757-5 (digital)
DOI: http://dx.doi.org/10.12804/se9789587387575

Presos - Trabajo social - Colombia / Trabajo social con ancianos - Colombia / Trabajo social con delincuentes y criminales - Colombia / I. Mendoza Molina, Mónica / II. Luna Buitrago, Laura Marcela / III. Abaunza Forero, Carol Iván / IV. Paredes Álvarez, Giovanny / V. Bustos Benítez, Paola / VI. Universidad del Rosario. Instituto Rosarista de Acción Social –SERES–.

365.6 SCDD 20

Catalogación en la fuente – Universidad del Rosario. Biblioteca

JDA julio 06 de 2016

Hecho el depósito legal que marca el Decreto 460 de 1995



Editorial Universidad del Rosario
Carrera 7 Nº 12B-41, oficina 501 • Teléfono 297 02 00
editorial.urosario.edu.co

Primera edición: Bogotá D.C., agosto de 2016

ISBN: 978-958-738-756-8 (impreso)
ISBN: 978-958-738-757-5 (digital)
DOI: http://dx.doi.org/10.12804/se9789587387575

Coordinación editorial: Editorial Universidad del Rosario
Corrección de estilo: Ludwing Cepeda Aparicio
Diseño de cubierta: Miguel Ramírez, Kilka, DG.
Diagramación: Precolombi EU-David Reyes
Impresión: Xpress. Estudio Gráfico y Digital S. A.

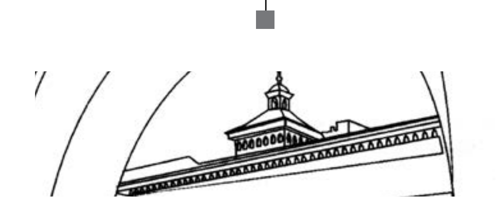
Impreso y hecho en Colombia
Printed and made in Colombia

Fecha de evaluación: 10 de febrero de 2016
Fecha de aprobación: 29 de marzo de 2016

Índice

Agradecimientos

Agradecemos a Angélica María Gutiérrez Cervera, por su colaboración en la construcción del Eje psicológico, taller “Filtros para entender y aprender del medio que te rodea”, a Adriana Yamile Castillo, por su colaboración en la construcción del Eje psicológico, taller “Enfrenta tus miedos”, a José Alberto Carbal Moreno por su colaboración en la construcción del Eje prevención de la reincidencia, taller “Competencias prosociales y ciudadanas” y a Marcela Corredor Clavijo por su colaboración con la búsqueda, adaptación y selección del material gráfico.



Introducción

El Instituto Rosarista de Acción Social "Rafael Arenas Ángel" (SERES), en su gran interés por aportar en el tratamiento penitenciario apoyado en un enfoque diferencial, diseña el Programa de Atención al Adulto Mayor Privado de la Libertad (AMPL) en Colombia, teniendo como base la información obtenida en la investigación "Adultos mayores privados de la libertad en Colombia" del mismo instituto, donde se identificaron diversos elementos a tener en cuenta para intervenir y así mejorar las condiciones y calidad de vida de los AMPL en los Establecimientos de Reclusión del Orden Nacional (ERON). De ahí que constantemente se haga referencia a los resultados de dicha investigación, que de por sí constituyen una fuente primordial de consulta, para la adecuada comprensión y aplicación del programa.

En dicha investigación se realizaron visitas a diez ERON, distribuidos en diferentes regiones del país, en las que participaron 169 hombres y 52 mujeres entre los 55 y 84 años, a través de la aplicación de una serie de instrumentos, a saber: un formato de priorización de derechos fundamentales, el cual buscaba precisar la percepción de los AMPL frente a los derechos humanos; la lista de chequeo de 90 síntomas SCL-90, con el fin de observar alteraciones en la salud psicológica de los AMPL; neuropsi-batería neuropsicológica breve en español, que buscaba evaluar funciones cognitivas de forma profunda; una guía para grupos focales y una guía semiestructurada de preguntas, sobre el concepto de adulto mayor y, finalmente, otra guía de visita a los ERON, con el fin de registrar observaciones en cuanto a condiciones físicas y dinámicas de los establecimientos visitados, en relación con la población específica de AMPL.

Como resultado del análisis de la información recogida a través de estos instrumentos, que da cuenta de las realidades vividas por los AMPL, fue posible la definición de unos ejes específicos de atención, que se consolidaron como soporte teórico, metodológico y práctico del presente programa.

En el presente programa se menciona el significado de adulto mayor (AM), sus necesidades, condiciones, características y perspectiva de su realidad, las cuales se abordarán desde un modelo experiencial. SERES pretende que el programa se desarrolle en el Sistema Penitenciario y Carcelario (SPC) teniendo en cuenta los adultos mayores sindicados y condenados.

Ser AM lleva consigo ciertas características que determinan su ubicación en dicha etapa de la vida, las cuales pueden modificarse al encontrarse privados de la libertad, con dificultades propias de este contexto, como conflictos en las relaciones interpersonales y familiares, inadecuada distribución de la ocupación y manejo del tiempo, limitaciones en el acceso a salud, educación, alimentación, entre otras situaciones, las cuales disminuyen notablemente sus condiciones y calidad de vida generando respuestas psicológicas asociadas a depresión, ansiedad, estrés, paranoia, alteraciones en las funciones ejecutivas y consecuencias sociales, como exclusión del ámbito laboral, modificación de roles y aislamiento, impidiendo un adecuado desenvolvimiento en las actividades cotidianas del AMPL (Abaunza, Mendoza, Bustos, Paredes, Enríquez & Padilla, 2014).

De este modo, el Instituto SERES propone una alternativa que brinda herramientas y técnicas frente al trato y tratamiento penitenciario diferencial de los AMPL, a partir del análisis de respuestas psicosociales impactando en las condiciones de vida de los AMPL sindicados o condenados.

Para esto se hace necesario capacitar al personal de las ciencias sociales y la salud, al cuerpo de custodia y vigilancia y personal administrativo del Inpec en el manejo adecuado hacia los AMPL y considerar las características de infraestructura, acceso a salud y cumplimiento de ley, buscando aumentar la eficacia del programa y sugerir una vinculación de otras entidades e instituciones en la intervención, con el fin de generar una atención íntegra y diferencial.

El programa tiene por objeto brindar atención especializada grupal e individual a los AM durante el tiempo de internamiento en los ERON, basada en un enfoque diferencial a partir de las necesidades identificadas, con el fin de mejorar las condiciones de vida y adecuada adaptación al contexto carcelario.

También se busca con el mismo:

- Fortalecer una atención diferencial e interdisciplinaria hacia el AMPL en los ERON, que esté vinculada de manera directa con el sistema de oportunidades propias del establecimiento donde se encuentra.

- Generar y/o fortalecer habilidades psicológicas, académicas, culturales, artísticas, laborales y ocupacionales, así como la enseñanza de nuevos hábitos.
- Mejorar los vínculos y la comunicación del AMPL con su familia y su entorno.
- Promover acciones para la prevención de la reincidencia en los AMPL.

La base teórica del programa se desprende de la publicación *Adulto mayor privado de la libertad en Colombia*, la cual plantea los conceptos base para la formulación del mismo.

El AM se encuentra en la etapa de la vida en la que se presentan una serie de cambios físicos y psicológicos, por lo que se consolida como sujeto de especial protección constitucional Existen variables que funcionan como concausas y pueden aligerar o atenuar dicha etapa de la vida; "variables como el estilo de vida, la condición socio-económica, los hábitos de vida saludables, la ocupación y las condiciones de salud, entre otras, y que por tal motivo es difícil establecer una edad única para hablar de AM" (Abaunza *et al.*, 2014, p. 63), teniendo en cuenta, además, que el AM y su proceso de envejecimiento no se establece únicamente en términos cronológicos.

La privación de la libertad es una de las variables que se toman en cuenta para observar el proceso de envejecimiento. Los adultos mayores que experimentan esta situación reflejan características diferentes en relación con los que se encuentran en libertad, según se mostrará a continuación donde se describirán algunas condiciones propias de esta población, junto con las consecuencias y necesidades que presentan.

Características psicológicas del AMPL

El abordaje de estas características se realiza de acuerdo con lo encontrado por Abaunza *et al.* (2014), quienes evaluaron en los AMPL funciones psicológicas, como: 1) orientación, 2) atención y concentración, 3) memoria, 4) lenguaje, 5) lectura, escritura y cálculo, 6) funciones ejecutivas,

7) condiciones psicopatológicas, 8) percepción de enfermedad mental o psicológica de los AMPL, y 9) percepción de cambios experimentados en prisión. Los resultados evidenciaron que, en general, las funciones se encuentran conservadas. No obstante, al analizar los datos minuciosamente se encontraron necesidades particulares en diversos procesos psicológicos, que pueden determinase además por el tiempo de internamiento del individuo, siendo de gran utilidad para proponer la intervención adecuada.

Orientación: Los AMPL se encuentran ubicados en tiempo, espacio y estado de activación óptimo, por cuanto se constituye como una función conservada.

Atención y concentración: El AM, debido al proceso de envejecimiento, presenta disminución progresiva en el grado de vigilancia, manifestada en la ejecución de tareas para mantener la atención. El AMPL se ubica en el margen de la normalidad del baremo que indica el instrumento, aunque la atención para realizar tareas que implican una secuencia de actividades en orden progresivo de selección de estímulos en los procesos cognitivos, se presentó más alterada en los participantes con menor tiempo de internamiento. Esto permite afirmar que para internos AMPL con menos tiempo de internamiento será necesario establecer actividades con instrucciones que se desarrollen progresivamente y sin mayor exigencia de atención por largos periodos de tiempo, mientras que para quienes se encuentren en el grupo de mayor tiempo de internamiento las tareas deben implicar estímulos novedosos y variados que exijan mayores niveles de atención a las secuencias de las acciones a realizar como parte del proceso de atención y tratamiento, ya que esta función se ha conservado o estimulado por múltiples condiciones implicadas en una larga estadía en prisión como cambios de establecimiento, avance en el sistema de oportunidades, cambios de actividades educativas, ocupacionales, entre otras.

Memoria: En los AMPL se observaron afectaciones no significativas en algunas funciones de la memoria, como la capacidad de recordar categorías, codificación de recuerdos y en la memoria visoespacial y por

reconocimiento, lo anterior tiende a acentuarse en internos con mayor tiempo de internamiento.

Lenguaje: En los AMPL que llevan más tiempo recluidos en prisión, se encontró dificultad en la comprensión de instrucciones.

Lectura, escritura y cálculo: La mayoría de los AMPL no han culminado sus estudios de primaria y secundaria, o los terminaron hace mucho tiempo, por lo cual se pude entender la dificultad en los procesos de lectura, si bien cabe señalar que en muchos casos se encontraron dificultades visuales, mas no de tipo cognitivo.

Funciones ejecutivas conceptuales y motoras: En las funciones ejecutivas, entendidas como mecanismos de integración que facilitan proyectar pensamientos y emociones desde el pasado hacia el futuro con el objetivo de resolver situaciones novedosas en el presente (Verdejo & Bechara, 2010, p. 227), se observaron alteraciones progresivas en los AMPL a lo largo del internamiento; esto es igual a decir que con el paso del tiempo los AMPL tienen mayores dificultades en la resolución de problemas debido a que van dejando de tomar como base experiencias pasadas y no calculan las implicaciones futuras de algunas acciones presentes. Finalmente, aunque sus funciones ejecutivas motoras se mantienen en general, se encontró una disminución en la coordinación motriz.

Condiciones psicopatológicas: Si bien se encontraron alteraciones en diversas dimensiones psicopatológicas, se debe prestar especial atención a los síntomas asociados a depresión, estrés y malestar psicológico. El primero de estos síntomas estuvo asociado a la limitación de contacto con familiares o personas significativas, así como a la percepción que tienen de su salud; el segundo, por su parte, fue generado por factores contextuales de la prisión, los cuales no se pueden modificar y el tercero, por los pensamientos y sentimientos experimentados debido a la interacción cotidiana en prisión. Los anteriores rasgos, por ser los más frecuentes en

esta población, los ubica como objetivo de intervención primordial porque la presencia de estados como estos altera la funcionalidad general de los procesos psicológicos, emocionales, motivacionales y conductuales, que definitivamente influyen en el desempeño de cualquier actividad que se pretenda desarrollar con los AMPL y si bien pueden en primera instancia observarse como reacciones adaptativas, estas tienden a disminuir con el paso del tiempo, si bien dicha disminución puede presentarse luego de vivir situaciones críticas que implican gran sufrimiento y retrasos en la progresión del tratamiento.

Percepción de cambios experimentados en prisión: Encontrarse privado de la libertad establece una variable que influye de manera activa en el proceso de envejecimiento y desarrollo del AMPL, en el cual se establece un repertorio conductual ligado a su actualidad. Dicho repertorio se relaciona con la tipología de estrategias de acomodación a la ancianidad, planteada por Reichard, Linson y Peterson en Ibáñez (1979, p. 90), la cual considera cinco posibilidades de adaptación a su etapa y contexto:

- Constructividad: Caracterizada por la actividad y por la lucha contra el deterioro físico e intelectual
- Dependencia: Caracterizada por la pasividad y el aislamiento
- Defensividad: Caracterizada por el rechazo a la propia edad
- Hostilidad: Caracterizada por el miedo y la exaltación de la juventud
- Odio hacia uno mismo: Caracterizada por el pesimismo, la depresión y la aceptación de la muerte como un alivio

Esto se contrasta con lo encontrado por Abaunza *et al.* (2014, p. 84) en los ERON: "Los internos exponen que la experiencia de la adultez mayor en la cárcel se convierte en una carga que deben sobrellevar experimentando incomodidad, amenazas de otros internos, la sensación de no contar con protección, ni privilegios como un lugar específico para ellos o dietas especialmente diseñadas".

Consecuencias sensoriales

De acuerdo con lo encontrado, las alteraciones sensoriales se evidencian en los siguientes aspectos:

- *Visión*: Se produce una "ceguera de prisión", debida a las limitaciones de espacio relacionadas con oscuridad, luces artificiales y mínimo contraste de colores, predominando el gris, negro y marrón oscuro.
- *Audición*: Se presentan problemas auditivos como consecuencia del poco espacio y altos niveles de ruido, que retumban por acumulación acústica debido a la infraestructura (muchas paredes y muros), los cuales no solamente afectan al privado de la libertad, sino también al personal de guardia.
- *Gusto*: El sentido del gusto es determinante en la nutrición, por tanto, para que esto se cumpla, la alimentación debe ser variada, balanceada y coherente con las necesidades nutricionales del AMPL, siendo esto contrario a lo que sucede en los ERON, en donde los internos la describen como de baja calidad, insípida y con poca variación.
- *Olfato*: Como parte de las consecuencias de la prisión están las alteraciones del olfato, que están mediadas por el hacinamiento y por el hecho de que en el mismo lugar converjan todas las actividades cotidianas que van desde el aseo personal, que pasa a ser colectivo, hasta la preparación y reparto de alimentos.

Efectos comportamentales de prisionalización de los AMPL

De igual manera, las personas que se encuentran privadas de la libertad, durante el tiempo de internamiento asumen conductas y costumbres propias del contexto carcelario como respuesta de adaptación al entorno de la prisión. Es así que la prisionalización, como variable que interviene en la conducta del recluso, debe ser tomada como parte primordial del

tratamiento del AMPL. En relación con esos cambios experimentados en prisión Abaunza *et al.* (2014, p. 169) encontraron que la percepción de cambios positivos de los AMPL se presenta en dimensiones relacionadas con la actividad intelectual, específicamente en lectura, escritura y autoconocimiento.

Otra dimensión en la que manifiestan cambios es la espiritual. Contrario a esto, los AMPL perciben cambios desfavorables en lo físico y los atribuyen a la alimentación, condiciones ambientales como el hacinamiento y poca salubridad. Los cambios positivos son percibidos en aspectos subjetivos y los desfavorables en aspectos que pueden observarse directamente, como el estado de salud o físico. No obstante, para la intervención de esta población se debe considerar el diseño de actividades que amplíen la perspectiva segregada de los cambios, hacia una más integradora en la que las condiciones desfavorables o que generan disgusto, además de estar vinculadas con el deterioro en la salud, también tienen relación con los cambios que no pueden observarse de manera directa, es decir, las condiciones adversas han cumplido también un papel fundamental para el acercamiento a la lectura, la escritura y el autoconocimiento y otras conductas que los internos valoran como positivas, entre otras. Esto es aún más importante si se tiene en cuenta que los AMPL no mencionaron entre su cambios conductas como el metalenguaje de la cárcel o la comunicación mediante señas como parte de las nuevas formas de comportarse producto del internamiento, por cuanto no se deben centrar las actividades en intentos de modificación de estas conductas.

Condiciones sociales del AMPL

Frente a estas condiciones emergieron las siguientes variables: 1) autopercepción del delincuente, 2) estigmatización, 3) expectativas de vida, 4) imaginario social del delincuente, 5) red de apoyo, 6) solidaridad, 7) asistencia social, 8) aprendizajes en prisión, 9) aspectos sociales de los delitos sexuales, 10) espiritualidad, 11) familia, 12) significado otorgado a la prisión, aspectos los cuales se describirán a continuación.

Autopercepción del delincuente: De los AMPL se posee un imaginario de delincuente al que se le imputan prácticas, condicionantes y características específicas que, en general, difieren de los constructos que ellos tienen sobre sí mismos. No obstante, en algunos casos hay un reconocimiento de la comisión del delito y sus consecuencias.

Estigmatización: Los AMPL afirman sentirse estigmatizados frente a su edad y a la comisión del delito, también afirman que muchos de sus familiares han perdido el trabajo u oportunidades laborales, que son víctimas de matoneo en el colegio y que reciben afrentas por el hecho de tener un familiar en prisión.

Expectativas de vida: Los AMPL afirman querer seguir trabajando, retomar las actividades que realizaban antes del ingreso a prisión, aportarle económicamente a la familia y conseguir el sustento para seguir viviendo, recibir una segunda oportunidad por parte de la sociedad, recuperar el tiempo perdido con sus familiares y amigos. No obstante, también existen afirmaciones relacionadas con no querer salir de prisión, por no contar con ninguna posibilidad de supervivencia afuera, ni con nadie que los esté esperando.

Imaginario social del delincuente: Representación o representaciones que, según los internos, tiene la sociedad de las personas que han cometido un delito o que han estado en una prisión. La mayoría de personas homogenizan a las PPL y las consideran no aptas para vivir en sociedad.

Red de apoyo: La familia se consolida como la base fundamental de la red de apoyo, aunque también se evidencia que algunos AMPL prefieren mantener a su familia alejada del ámbito penitenciario. A veces existe abandono por parte de amigos y conocidos debido a que no asisten o no pueden hacerlo por condiciones geográficas. En pocas ocasiones se cuenta con el apoyo de diversas instituciones nacionales y ONG.

Solidaridad: Este concepto se evidencia en pabellones exclusivos de AM.

Asistencia social: No se reconocen instituciones de asistencia en los ERON, aparte de la asistencia religiosa.

Aprendizajes en prisión: Los AMPL valoran lo aprendido en prisión en materia educativa y laboral.

Aspectos sociales de los delitos sexuales: Se presenta un imaginario colectivo que vincula a los AMPL con la comisión de delitos sexuales.

Espiritualidad: Muchos AMPL manifiestan profesar una fe y encontrar regocijo en Dios, a él le adjudican su cambio positivo y sus deseos de vivir.

Familia: Aunque las familias representan un gran apoyo, en tiempos largos de internamiento estas terminan por alejarse. El hecho de estar en establecimientos lejanos a su lugar de origen influye de manera negativa en las relaciones familiares.

Significado otorgado a la prisión: la prisión es para los AMPL una pérdida de tiempo y representa un ambiente hostil, aunque algunos reconocen allí una posibilidad de reflexión y de replantear sus vidas.

Condiciones económicas AMPL

El bienestar económico se relaciona con la posibilidad de ingresos con los que cuentan los AMPL. Al respecto, existe sobre las condiciones económicas de los AM la percepción de que estas parecieran no ser las mejores, principalmente porque tienen limitaciones para su autocuidado y tendrían una dependencia económica, que junto con el deterioro que sufre su cuerpo, les impediría en ocasiones la movilidad o mantenerse activos en el mundo laboral, producto del proceso de envejecimiento (Abaunza, *et al.*, 2014, p. 205).

Sin embargo, su realidad los lleva a tener que enfrentar situaciones económicas que se ven agravadas por su condición de internamiento, sin dejar de ser un agente económico que, junto con su familia, enfrenta

ahora a un escenario desconocido por muchos de ellos, lo que los lleva a revisar el manejo que venían haciendo de sus recursos y que ahora deberán ajustar para lograr un nuevo bienestar económico.

De acuerdo con Abaunza *et al.* (2014, p. 206), cerca del 50% de los AMPL reciben apoyo afectivo y económico por parte de quienes los rodean, principalmente la familia. Esto hace que tanto los AM que cambiaron su condición, así como su familia, deban necesaria y forzosamente replantearse la manera como se encuentran manejando sus recursos y preguntarse cómo deberán hacerlo ahora que tienen a un ser querido privado de la libertad.

Condiciones jurídicas del AMPL

Se destacan los delitos contra la libertad, la integridad y formación sexual, el patrimonio económico, la administración pública, entre otras. Los AMPL manifiestan ser "víctimas" de componendas, de falsedades y arbitrariedades que generaron su estancia en la cárcel. Pocos de los AM reconocen haber cometido el delito por el que se encuentran privados de la libertad.

Es de anotar que por la vulnerabilidad del AM, muchas veces su rol de victimario puede sustituirse por el de víctima, dada la manipulación que terceras personas pueden ejercer frente a ellos, precisamente por las múltiples necesidades que los agobian, sumado a ello las deficiencias físicas y mentales que en ocasiones presentan y el abandono a que son sometidos, situación que pareciera prolongarse dentro de la estancia carcelaria.

El desamparo social se replica a nivel intramural, dado que no se cuenta en ninguno de los dos ámbitos con medidas efectivas de protección que lo impidan, lo que lleva a que en muchas ocasiones los derechos y garantías relativas a permisos, a libertades y a la propia atención dentro del ERON, se desestimen o sencillamente se vulneren por cuanto el acceso a la justicia resulta igualmente difícil, sin que exista la posibilidad efectiva de ejercer los mecanismos legales, judiciales e institucionales que deben suplir sus propias deficiencias para demandar y acceder a esa justicia.

Con lo anterior se quiere indicar la postración del AMPL una vez adquiere dicha condición, que hace necesario introducir un programa

que, por sí solo, optimice la atención de esta población, proporcionándole condiciones igualitarias, equitativas y sobre todo humanas en su internamiento, incluidas las perspectivas de recuperación de la libertad.

Capacidad criminal del AMPL

Después de mencionar las características del AMPL, es de gran relevancia referenciar la capacidad criminal del AM, la cual se establece como la planeación o adaptación que se tiene para la comisión de actos delictivos, que puede estar relacionada con el contexto donde se desenvuelve un individuo y su estilo de vida. Así mismo, cabe mencionar las posibles razones por las cuales los AMPL cometen dichos actos delictivos y reinciden. La reincidencia está relacionada, en primer lugar, con la cantidad de veces que una persona ingresa a un ERON, considerando que desde el segundo ingreso a prisión ya cuenta con una carrera delictiva, y, en segundo lugar, con la comisión de conductas delictivas dentro del establecimiento penitenciario. Específicamente en cuanto al AM, la reincidencia se asocia a la edad, al consumo de sustancias psicoactivas, a una elección personal o a factores sociales, tales como la ausencia de oportunidades educativas o laborales, o las condiciones violentas del entorno.

Junto con las razones mencionadas por los AMPL, también refieren que en algunas ocasiones hay comisión de un delito no por voluntad propia, sino por ingenuidad y falta de conocimiento. Así mismo, en la mayoría de casos atribuyen la responsabilidad de la comisión del delito a terceros.

En el campo de la reincidencia es de gran relevancia determinar si esta se realiza con el mismo delito, la historia de aprendizaje de la persona privada de la libertad y la historia familiar (Abaunza *et al.*, 2014, p. 224).

Factores de riesgo del AMPL

Así mismo, es importante mencionar que en los ERON donde se encuentran los AMPL se presentan diversas variables que influyen en las condiciones de vida relacionadas con aspectos:

- *Psicológicos*: depresión, ansiedad, estrés, percepción de salud, paranoia, obsesión y compulsión, y alteración en funciones ejecutivas.
- *Sociales*: aislamiento, modificación de roles, exclusión laboral y del área productiva, distanciamiento de familia y amigos, percepción sobre la falta de protección legal.
- *Físicos*: hacinamiento, problemas de salubridad, mala alimentación, acceso a servicios de salud, infraestructura inadecuada a la edad, ineficiencia en la aplicabilidad de la normatividad.

Necesidades del AMPL

Los AMPL reportan necesidades que consideran que deben ser tratadas de manera prioritaria, las cuales mejorarían su internamiento en los ERON. Estas necesidades tienen que ver con mantenerse autónomos y tener la capacidad de producir, buscar sustento para sus familias, acceder a servicios de atención psicológica y de salud, a educación y a ocupación, compartir con sus familiares y amigos, realizar actividades que permitan su movilidad, tener un buen trato, tener buena alimentación y mejorar la salubridad e infraestructura.

Los efectos de prisionalización existentes y las necesidades de los AMPL pueden disminuir de manera significativa, debido a la participación activa en diversas actividades propuestas, puesto que esto permite que se realice una distribución del tiempo, organizando espacios de ocupación y fortalecimiento de habilidades y hábitos.

Metodología

El programa de atención está diseñado para toda la población AMPL (acogiéndose a los criterios establecidos para la definición de AM establecidos por el Inpec), tanto hombres como mujeres que se encuentren sindicados o condenados. Se diseñó a partir de talleres, por consolidarse como una técnica participativa, cuya estructura permite la aplicación de diversas

técnicas psicológicas para la modificación de conductas y es replicable en el contexto penitenciario, para internos e internas que se encuentran en condiciones similares.

En el contexto penitenciario, para la modificación de la conducta delictiva se encuentran diversas intervenciones efectivas desde el modelo cognitivo conductual, debido a que se busca cambiar pensamientos, actitudes, capacidades, razonamiento, conductas de relaciones interpersonales; también enseñar e instruir nuevas habilidades y conductas (Redondo & Pueyo, 2007, p. 151). Entonces, las actividades para este modelo se implementan teniendo en cuenta diversas técnicas psicológicas sobre las necesidades encontradas en la población a trabajar (AMPL).

Previamente al desarrollo del programa, se realizó una prueba piloto en dos ERON, la Reclusión de Mujeres de Bogotá y el Complejo Metropolitano de Bogotá, con el fin de validar la propuesta y realizar los ajustes necesarios en cuanto a las temáticas planteadas en cada uno de los ejes de intervención.

Técnicas psicológicas

La relación conducta/consecuencia puede modificarse con algunas técnicas, generar nuevas respuestas conductuales. A continuación se abordarán las principales técnicas para desarrollar o mantener conductas prosociales planteadas en este programa.

Reforzamiento: Este concepto debe entenderse como el aumento de la posibilidad de que las conductas prosociales se repitan debido a la consecuencia que estas generan para el individuo. Las relaciones de reforzamiento pueden ser interpretadas a partir de lo que menciona Consuegra (2010, p. 233), al referirse al refuerzo positivo cuando la respuesta da lugar a la presentación de una consecuencia positiva, y al refuerzo negativo cuando la respuesta da lugar a la desaparición o supresión de una consecuencia negativa o aversiva. No obstante y con el fin de lograr una adecuada interpretación de este recurso en el tratamiento de AMPL, para este programa el concepto de reforzamiento debe ser entendido como un principio que va regir cada

una de las acciones que se pretendan, con el fin de conseguir el aumento de las conductas que permitan el desarrollo o fortalecimiento de competencias en los ámbitos familiar, personal, laboral o educativo, además de las relacionadas con autocuidado y motivación para las actividades propias del tratamiento penitenciario y de la vida en prisión.

Refuerzos verbales: Son términos que se utilizan con frecuencia en el medio en que el sujeto se encuentra y están relacionados con el reconocimiento de alguna de sus conductas. El agradecimiento, la adulación y los términos de cortesía son ejemplos de estos reforzadores verbales. Su importancia, tal como lo expresan Ferro, Valero y López (2007, p. 453), radica en que promueven la generalización de las conductas deseadas, es decir, en que aumentan la posibilidad de que estas se manifiesten en espacios más allá del grupo en el que se está trabajando determinada temática.

Autoinstrucciones: Con esta técnica se pretende modificar las verbalizaciones internas o pensamientos que un sujeto realiza cuando se enfrenta a cualquier tarea o problema, sustituyéndolas por otras que, en general, son más útiles para llevar a cabo esa tarea concreta (Van-der Hofstadt, 2005, p. 38).

Debate de grupo: Forma de discusión organizada que se caracteriza por enfrentar dos posiciones opuestas sobre un tema determinado Se entiende como la puesta de un tema para ser discutido por varios integrantes de un grupo, en el marco de la vivencia personal en la prisión con respecto a lo tratado.

Lluvia de ideas: Consiste en la implementación de un método que reúne un grupo de personas para intentar encontrar una solución a un problema, poniendo en común todas las ideas que se presentan (Cobra, Mojtaba, Faribaani & Shahla, 2013, pp. 230-231).

Retroalimentación: Como forma de llevar el seguimiento del estado del proceso que se adelanta con los AMPL, puede ser usada tanto en el momento

de las sesiones grupales, como en las actividades individuales. Consiste en notar y hacer notar de manera objetiva los avances tanto en personas como en grupos, lo que contribuye a mejorar los resultados de la intervención (Pinsof *et al.*, 2015, p. 464).

Dilemas morales: En torno a este concepto, Robles (2011, p. 49), los plantea como un proceso deliberativo grupal con la finalidad de incidir positivamente en la deconstrucción moral de los individuos, partiendo de lo expuesto por Blatt y Kohlberg (1975), al señalar condiciones como la exposición de situaciones problemáticas, y contradecir la estructura moral actual y la promoción de una atmósfera de mente abierta para que el intercambio de ideas y el diálogo puedan resultar efectivos en la estimulación cognitiva y emotiva implicada en los razonamientos morales en situaciones reales.

Entrenamiento en habilidades sociales: consiste en la mejora de las relaciones interpersonales, a través de la enseñanza y la potenciación de destrezas sociales, así como ampliar el repertorio de competencias conductuales (Ovejero, 1990, p. 95). Esto enmarca la importancia de estos entrenamientos en personas privadas de la libertad, en este caso de AM.

Con base en las técnicas mencionadas, desde el programa se plantean ejes específicos para los AMPL sindicados y condenados, como son el psicológico, el familiar, la expectativa de vida, la recreación, además de un eje exclusivo para condenados sobre prevención de la reincidencia. Para los ejes de educación escolar y ocupacional, se plantean algunas propuestas que se encuentran sujetas a las ofertas y servicios propios de cada ERON.

Considerando que las habilidades sociales, de afrontamiento y de lectoescritura son diferentes en cada AM, se plantean diversas estrategias y técnicas que permiten la participación continua de los AMPL, cubriendo sus necesidades dentro del ERON y brindando un espacio agradable para la ejecución de todo el programa. Si llegara a presentarse alguna condición especial con la población, el tallerista deberá ajustar la metodología a dicha condición, sin que por ningún motivo se modifique el objetivo planteado.

El programa tiene una duración de seis meses, esperando que en dicho tiempo se tenga un impacto en el comportamiento de los AMPL, enfocado en el aprendizaje, en el conocimiento de sí mismo y de los demás, en lograr una mejor calidad de vida y en incentivar el desarrollo de una conducta prosocial. La duración establecida de cada eje se considera de acuerdo con el avance que podrían presentar los AMPL a partir de sus posibles limitaciones y según las condiciones del contexto carcelario.

Los ejes mencionados anteriormente no cuentan con un orden específico y todos los AM pueden participar; sin embargo, en el eje de prevención de reincidencia solo participan los AMPL que se encuentren condenados y dicho eje se basa en el modelo de tratamiento riesgo, necesidad, responsividad de Andrews y Bonta (2010).

Los ejes elegidos para este programa pretenden brindar una atención a nivel psicológico que permita identificar y solucionar problemas o necesidades internas, que generan la percepción del mundo de una manera particular, así como una modificación y fortalecimiento de diversas habilidades propias del AMPL; también brindar un espacio a la motivación en su entorno familiar y social, evidenciando problemáticas y vínculos que se pueden afrontar y fortalecer, respectivamente. Así mismo, se procura señalar intereses acordes con metas, sueños y espiritualidad dentro y fuera del ERON, bajo una perspectiva prosocial. De igual manera, la realización de ejercicios y actividades de recreación se da con el fin de disminuir los efectos del confinamiento a nivel motor.

Los ejes de educación escolar y ocupacional se acogen a las directrices establecidas por el Inpec, haciendo énfasis en las necesidades y capacidades de los AM, lo que implica adaptaciones metodológicas que se ajusten a las condiciones excepcionales de esta población, a fin de asegurar su efectividad.

En este caso se propone que durante las actividades relacionadas con el estudio y la enseñanza, se refuercen conceptos o significados propios de la edad, como la capacidad física y cognitiva con la que aún cuentan, recuperando su autonomía e independencia, permitiéndoles asumir responsabilidades frente a ellos mismos y hacia su entorno más cercano, como la familia. Frente a las actividades ocupacionales, Abaunza *et al.* (2014,

p. 257) sugieren prestar más atención al valor que le otorgan los AMPL al trabajo, manifestando sentirse en capacidad de ejercer una labor, que les permita reconocer su autoestima, incluso en una situación como la que enfrentan.

El eje de prevención de reincidencia busca establecer el posible riesgo de reincidencia, a partir de la identificación de los factores de riesgo (estáticos, dinámicos y parciamente modificables) y los factores protectores de cada uno de los AMPL, e igualmente evidenciar necesidades criminogénicas (factores dinámicos que se relacionan con la conducta delictiva) y tener la responsividad de cada uno de los participantes (factores que dificulten la adhesión tanto de los AMPL como del profesional que brinda la atención) (Andrews & Bonta, 2010; Redondo & Pueyo, 2007).

Recomendaciones de alto impacto

Es de gran importancia mencionar los diferentes aspectos que aumentan la eficacia de la implementación del programa, debido a que se tienen en cuenta las motivaciones, las perspectivas propias de los AMPL y las condiciones mínimas por su etapa de vida. Dichas consideraciones están relacionadas con la salud, la alimentación, la infraestructura y el hacinamiento.

Acceso a la salud

Los AMPL presentan enfermedades propias de la edad que se pueden acentuar debido al contexto penitenciario, más aún si no se brinda una atención especializada, diferencial y a tiempo, que permita que la salud se tome como una prioridad. Así mismo, los procesos de acceso a la salud son más dispendiosos, complicados y demorados puesto que existen diversas limitaciones. Debido a esto, los AMPL presentan ansiedad, desolación y preocupación asociadas a la percepción de su enfermedad, tratamiento y vulnerabilidad.

Alimentación

Los AMPL manifiestan que hay poca salubridad y una mala alimentación, debido a que no existe una dieta balanceada y acorde con los padecimientos de cada uno, lo que influye de manera activa en las condiciones de salud.

Infraestructura

La mayoría de los ERON no cuenta con pabellones exclusivos para los AMPL que tengan características como pasillos, rampas, barandas en escaleras y demás sitios que las requieran para una mejor movilidad, y que al mismo tiempo los aleje de posibles riñas, vicios, abusos y peligros, disminuyendo factores estresores y generadores de efectos negativos.

Hacinamiento

Los problemas de hacinamiento aumentan los factores de riesgo e intervienen de manera negativa en el desarrollo de cada individuo privado de la libertad.

Estas consideraciones no se establecen como aspectos condicionales para la ejecución del programa, sino que se consideran como variables de gran impacto en el desarrollo de los AMPL. Puesto que desecharlas influye de manera negativa sobre la percepción del AMPL del entorno donde se desenvuelve, sintiendo que no es tratado como un ser humano y experimentando la vulneración de sus derechos fundamentales.

Entonces, al tener en cuenta dichas consideraciones, se generan motivaciones y beneficios en el AMPL relacionadas con un cambio de perspectiva donde se mencionan tópicos como ser tenidos en cuenta, tener un trato digno, respetuoso, igualitario y prioritario, promoviendo así el aumento de la productividad, del trato cordial, de una mejor convivencia, así como de aspectos positivos sobre sí mismo y el entorno que los rodea, permitiendo un desarrollo adecuado a partir de efectos emocionales, psicológicos, físicos y sociales positivos donde se evidencia como consecuencia una disminución de factores de riesgo y necesidades, interrupción de procesos de deterioro y mejoramiento de la condición y calidad de vida.

Atención integral y diferencial

Para este programa de atención es relevante tener en cuenta las etapas de adaptación a la ancianidad que se mencionaron antes (Ibáñez, 1979,

p. 90), enfocándose en la constructividad debido a que se caracteriza por la actividad y por la lucha contra el deterioro físico e intelectual, como se pretende en cada uno de los ejes de este programa.

Es importante recordar que los ejes no tienen un orden específico de implementación, no obstante el último eje para los AMPL que ya se encuentran condenados es el de prevención de reincidencia, el cual refuerza las temáticas anteriores y se enfoca mucho más en la vida en sociedad al momento de recuperar la libertad.

Ejes de intervención del programa

Eje psicológico: Entendido como un conjunto de percepciones propias relacionadas con la articulación de diversas funciones ejecutivas conceptuales (memoria, atención, lenguaje) y habilidades interpersonales para desarrollarse en el mundo a partir del aprendizaje previo. Se deduce que el individuo genera un repertorio conductual que atiende a diferentes necesidades en el entorno donde se desenvuelve, luchando incluso con un deterioro físico e intelectual, que se acentúa en el contexto penitenciario. Los tópicos seleccionados para la intervención en este eje son los siguientes:

- *Funciones ejecutivas conceptuales (memoria, atención, lenguaje)*: En el que se abordan conceptos sobre funciones ejecutivas, haciendo énfasis en la memoria como proceso básico, la atención como proceso psicológico y el lenguaje como puente entre la memoria y la atención. Todo esto enmarcado en la intervención que vincula efectos producidos por el envejecimiento en los AMPL y su proceso de prisionización.
- *Malestar psicológico-psicopatológico*: Plantea hacer una autorevisión del malestar psicológico del AMPL, como parte del entrenamiento en el control y disminución de estados emocionales y cognitivos que pueden asociarse con la depresión, estrés y ansiedad, en el contexto inmediato. Esto puede ser logrado mediante el análisis de factores que influyen en el aumento de estados de ansiedad y estrés del AMPL, la explicación de los niveles

Cognitivo, fisiológico y Motor de la ansiedad, el entrenamiento en relajación y la conceptualización teórica e intervención práctica en depresión.

Eje familiar: La familia es es el grupo intermedio entre el individuo y la sociedad, es importante porque es la encargada del mantenimiento físico y el cuidado de los miembros del grupo, así como de acondicionar nuevos integrantes por nacimiento o adopción. De la misma manera, tiene gran responsabilidad en la socialización de los niños, el control social de los miembros, el establecimiento de los valores, tradiciones sociales, religiosas y políticas; e igualmente afecta la economía a través de la producción y consumo de servicios. De acuerdo con la Organización de las naciones Unidas ONU

> La familia es uno de los pilares de la sociedad. [Aunque] desde la segunda mitad del siglo XX, las estructuras familiares han experimentado una profunda transformación: hogares más pequeños, matrimonios y nacimientos más tardíos, aumento del número de divorcios y de familias monoparentales. Además, se han visto afectadas por la evolución mundial de los flujos migratorios, el envejecimiento de la población, la pandemia de VIH/SIDA y las consecuencias de la globalización (ONU, 2016).

A partir del contexto donde se desarrollan los AMPL, los vínculos a nivel familiar pueden deteriorarse como consecuencia del encierro, entonces se pretende devolver y mejorar las interacciones familiares, debido a que la interacción que facilita entre los miembros la relación emocional y física promueve el desarrollo familiar, permitiendo cambios sin que se vea afectada la unión familiar, generando en ella un equilibrio.

Así mismo, es relevante conocer cómo está conformada la familia, sus miembros, relaciones y vínculos, con lo cual se logra investigar su actual funcionamiento para brindar herramientas que mejoren la dinámica familiar pretendiendo que funcione como una red de apoyo bidireccional,

donde el AMPL cuente con su familia, pero también que su familia cuente en gran medida con él. De acuerdo con lo planteado por Abaunza *et al.*, los tópicos seleccionados para la intervención en este eje son:

- *Comportamiento prosocial*: Identificar y plantear conductas a favor de la sociedad y la familia, haciendo que el contexto que nos rodea reciba lo mejor de nosotros, generando así un cambio de conciencia a terceros.
- *Manejo del dinero*: Brindar conceptos básicos relacionados con la economía, estableciendo las similitudes y diferencias entre ellos, debido a que algunos AMPL eran quienes llevaban el sustento al hogar. De esta forma, identificar las ramas de la economía y poder establecer cómo ayudar a su familia brindándoles el conocimiento adquirido y solucionando entre todos los posibles inconvenientes a nivel económico.
- *Fortalecimiento y creación de vínculos familiares*: La familia es la motivación de muchos de los AMPL, al fortalecer los vínculos por medio de diversas estrategias, como hablar de lo visto en una película o en un programa de televisión (entre otras), generando conversaciones que no están relacionadas con el contexto carcelario y que permiten fortalecer lazos familiares debido a que con este tipo de actividades se suplen otras necesidades.
- *Comunicación entre los miembros de la familia*: Identificar problemas familiares y el inicio de estos, para brindar soluciones que faciliten un ambiente donde se presente mayor comunicación, aunque exista distancia por la condición del AMPL.
- *Proyecto de vida a nivel familiar*: Definir qué se quiere realizar a nivel familiar. Si hay proyectos a largo o mediano plazo, llevarlos a la realidad.
- *Establecer a la familia como una red de apoyo dentro y fuera de prisión*: Se busca establecer una red de apoyo bidireccional donde la familia esté para el AMPL, pero que también él esté para su familia; esto se logra obteniendo lo positivo de la situación actual.

Eje educación escolar: Relacionado con el aprendizaje escolar desde todas las asignaturas de la enseñanza, donde se pretende aparte de la educación formal, afianzar o desarrollar habilidades de lectura y escritura, relacionadas con la identificación de diversas letras del alfabeto y la compresión lectora a partir de una frase hasta un escrito complejo. Este eje se encuentra relacionado con las necesidades propias de cada individuo, predominando el acompañamiento en las predilecciones o afinidades en lectoescritura y de forma secundaria, la proyección de la culminación de estudios de primaria y bachillerato.

Los tópicos seleccionados para la intervención en este eje son:

- Habilidades de lectoescritura
- Comprensión de lectura
- Creación de hábitos de estudio
- Asignaturas propias de educación escolar formal (primaria, bachillerato), si es necesario

Eje ocupacional: Concebido como la adquisición de conocimientos y habilidades relacionados con un arte, oficio o profesión que permitan una inclusión en el ámbito laboral, y generar así productividad. No obstante, se deben identificar fortalezas e intereses con el fin de establecer áreas relacionadas a trabajar. Este es, además, el eje donde los AMPL presentan mayor interés, debido a que consideran que aprender o perfeccionar un arte u oficio genera mayor actividad en ellos dentro y fuera del establecimiento carcelario. Los tópicos seleccionados para la intervención en este eje son:

- Manualidades
- Carpintería
- Panadería
- Confección
- Tecnología
- Mecánica automotriz
- Tejidos

Eje expectativa de vida: Debido a que cuando una persona se encuentra privada de su libertad se quebrantan sus aspiraciones y proyectos, es importante establecer momentos de reflexión a nivel espiritual y humano que generen comportamientos acordes con su esperanza de vida dentro y fuera del EPC. Es importante recordar que nunca es tarde para lograr nuevas cosas en la vida, incluso reconocerse a sí mismo y generar nuevos sueños y metas enfocándose en comportamientos prosociales.

Los tópicos seleccionados para la intervención en este eje son:

- *Estructurar un plan de vida*: Determinar metas a corto, mediano y largo plazo a partir de los intereses, necesidades y habilidades propias de cada sujeto. También se debe tener en cuenta la cultura del AMPL, que influye sobre los posibles planes a futuro.
- *Establecer prioridades para la elaboración del proyecto de vida*: El proyecto de vida está plasmado a nivel individual o familiar, que se necesita además de la iniciativa para empezar algún proyecto.
- *Capacidades, habilidades y conocimiento*: Tener conocimiento de las limitaciones que se pueden llegar a tener para realizar alguna actividad, siempre mirar las fortalezas para no tener frustraciones y diseñar proyectos que sean viables.

Eje recreación: Manejo del tiempo libre, donde se desarrollen actividades con sentido que impliquen movilidad, como diversos deportes, actividades culturales y lúdicas, existiendo diversión y relajación de las personas privadas de la libertad, lo cual disminuye los efectos del confinamiento.

Los tópicos seleccionados para la intervención en este eje son:

- Actividades culturales
- Deporte
- Movilidad
- Actividades o juegos de la infancia: Estos juegos permiten rememorar el pasado y así mismo fortalecer las funciones ejecutivas. De igual manera, generan lazos de amistad entre los participantes afianzando redes de apoyo dentro del ERON.

Eje prevención reincidencia: Se trata de disminuir factores de riesgo relacionados con reincidencia, a cambio de fortalecer mecanismos protectores que permitan un nuevo estilo de vida al recuperar la libertad, razón por la cual se hace necesario identificar, a modo de ejemplo, procesos de aprendizaje relacionados con el delito (necesidades criminógenas) que resultan modificables. De acuerdo con Andrews y Bonta (2010), se toman los siguientes factores:

- *Factores de riesgo*: Se relacionan con el riesgo de reincidencia a partir de factores estáticos (circunstancias del pasado que no son modificables), dinámicos (necesidades criminogénicas, como cogniciones o conducta delictiva) y parciamente modificables (poco control, baja autoestima, etc.).
- *Factores protectores*: Habilidades que presenta el sujeto que permiten que no llegue a reincidir (buenas habilidades sociales, empatía, habilidades de afrontamiento, etc.).
- *Responsividad*: Factores del participante y de la persona que dirige el programa que permiten o facilitan la ejecución de los diversos ejes y temáticas.

Aplicación del programa

Para la aplicación del programa es importante mencionar la diferencia existente entre el trato y tratamiento, definiendo el trato como "la forma en la que se configuran las relaciones entre el interno y la guardia, y entre el interno y los demás internos" (Abaunza *et al.*, 2014, p. 237), así como el tratamiento de las acciones que se llevan a cabo desde una postura de conocimiento.

Desde esta perspectiva, se hace necesario que los profesionales que ejecutarán el programa estén alineados en estos conceptos y previamente asistan a capacitaciones relacionadas con las características, condiciones, motivaciones, dinámicas y perspectivas propias de los AMPL. Igualmente, se pretende un trabajo interdisciplinario donde existan profesiones de las siguientes áreas: medicina general y especializada, enfermería, nutrición,

psicología, trabajo social, cultura física, danzas, teatro y pedagogía. No es condición contar con experiencia relacionada con el manejo y trato del AMPL, pero sí es necesaria la asistencia a las capacitaciones, puesto que permiten un mayor conocimiento de la población con quienes se va a realizar el trabajo, otorgando así un buen desempeño y ejecución del programa tanto para los AMPL como para los profesionales. Además, este programa brinda una explicación amplia sobre las características, factores y efectos que los AMPL pueden experimentar o presentar en el contexto carcelario.

De igual forma, es importante la inclusión de formación para del Cuerpo de Custodia y Vigilancia sobre la ejecución del programa, brindando información oportuna para el manejo de esta población, sus necesidades específicas para el trato, tratamiento, atención médica y estrategias que pueden guiar maneras adecuadas de acompañamiento en los procesos laborales, de formación y demás que se desarrollen durante su estadía en prisión.

Aplicación de los talleres

Tabla 1. Talleres por eje

Eje	Taller
Expectativa de vida	Humano-conocimientos
Familiar	Genograma, vínculos y problemáticas familiares Manejo del dinero
Psicológico	Estrés, ansiedad, depresión Filtros para entender y aprender del medio que te rodea
Recreación	Actividades a cargo del Inpec
Prevención de reincidencia	Competencias prosociales Identificación de la conducta delictiva
Educación escolar	A cargo del Inpec
Ocupacional	A cargo del Inpec

Fuente: elaboración de los autores.

Población: Se recomienda que los talleres se realicen con un grupo de 15 personas, sin que esto implique que el número de participantes no pueda variar.

Antes de iniciar cada taller, se debe realizar el saludo de bienvenida, la presentación del tema a trabajar y la lectura de las normas de convivencia.

Saludo de bienvenida y presentación

Buenos días, bienvenidos a este espacio de trabajo, es muy grato contar con la presencia de todos ustedes, esperamos contar con su participación y así dar respuestas a todas sus expectativas e intereses. Así mismo, esperamos que se sientan a gusto y disfruten todas las temáticas a trabajar.

Posteriormente, se realiza una introducción al tema del día y se presentan las normas de convivencia.

Normas de convivencia

- Respetar la palabra y opinión de los compañeros
- Ser puntuales con la llegada y la asistencia
- No hablar con los compañeros durante la sesión
- No ingresar al taller bajo el efecto de SPA
- Tener una participación activa
- Levantar la mano para realizar alguna intervención

Cierre

Como actividad de cierre se dispondrá de un breve espacio donde se les agradecerá a los AMPL por la participación, dedicación y empeño para realizar las actividades propuestas. Esto se realizará en forma de plenaria, de manera tal que los participantes del taller tengan la oportunidad de hacer comentarios al respecto, se reflexione en torno a lo sucedido en la sesión, en la utilidad para su vida cotidiana y la manera en que lo aplicarán.

Aplicación encuesta de satisfacción

Se dispondrá de 15 minutos para que cada participante responda a conciencia la encuesta de satisfacción de la sesión y actividades realizadas.

Los profesionales que se encuentren a cargo de la sesión deben leer los ítems y colaborarle a los AMPL que lo requieran.

Encuesta de satisfacción

Temática

1. ¿El tema desarrollado en la sesión fue de su interés?
2. ¿El tema tratado le generó nuevo conocimiento?
3. ¿Considera que el tema abordado está relacionado con sus necesidades en el ERON?
4. ¿Usted cree que el tema manejado influye de manera positiva en su vida cotidiana?
5. ¿El tema abordado cumplió con sus expectativas?

Profesional

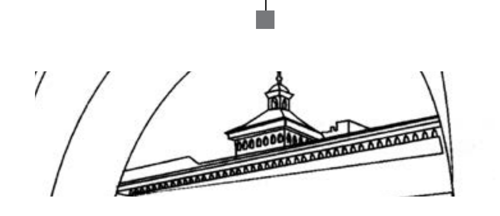
1. ¿El lenguaje utilizado por el profesional fue adecuado y entendible?
2. ¿Usted se sintió a gusto con el trato del profesional en la sesión?
3. ¿Considera usted que el profesional tiene dominio del tema trabajado en sesión?
4. ¿Usted está de acuerdo con la forma en que se llevó a cabo la sesión?
5. ¿El profesional respondió de manera adecuada a sus inquietudes?

Observaciones generales

1. ¿Usted le cambiaría alguna actividad o tema a la sesión implementada?

Justifique su respuesta

2. ¿Considera usted que el tiempo de cada sesión es adecuado para abordar la temática?
3. ¿El espacio donde se realizó la sesión fue adecuado?
4. ¿Usted le recomendaría a otra persona privada de la libertad la asistencia a la sesión?
5. ¿Usted tiene alguna sugerencia para la mejoría de la sesión realizada?



Eje Expectativa de vida
Taller: La persona y su importancia dentro de la sociedad
"Cada cual tiene su misión en la vida"

De las etiquetas impuestas a los grupos etarios, las que se relacionan con el adulto mayor (AM) son las que dejan ver un mayor nivel de fatalismo, cuando menos, dada la supuesta cercanía de esta edad con la muerte. De allí que el tratar temas como la expectativa de vida deba llevarse a cabo no desde el número de años que espera la persona vivir, sino orientado en las metas y actividades que puede logar para alcanzar un estilo de vida que le genere algún nivel de satisfacción que le permita disfrutar de este periodo de la vida. En el caso de los AMPL, esto se traduce en la posibilidad de acceder a oportunidades para su tratamiento penitenciario, que sean diferentes de las que se tienen para el resto de los internos, en tanto sus expectativas e intereses están en relación directa con el cúmulo de experiencias vividas antes y durante la prisión.

Con base en esto se proponen actividades que le permitan al AMPL analizar y proponer acciones que promuevan las capacidades necesarias para mejorar la calidad de vida con elevados niveles de independencia y autonomía para la realización de actividades diarias en el Establecimiento y con la posibilidad de ser repetidas en contextos familiares o sociales cuando ya se encuentre en libertad. Contrario a la tradición de intentar convencerlo de lo que debe pensar y cómo debe planear su vida, esta propuesta sitúa las expectativas del AMPL como proyectos creativos que merecen ser vinculados con el tratamiento penitenciario mediante acciones también creativas.

La cuestión de la expectativa de vida se consolidó como componente fundamental en los testimonios de los AMPL participantes en la investigación. De allí se derivaron algunos conceptos claves, que permiten dilucidar las preocupaciones y esperanzas de esta población, que se enmarcan, por supuesto, en su realidad particular previamente expuesta en este programa.

Los conceptos encontrados son los siguientes: pensión, trabajo, segunda oportunidad de la sociedad, familia, libertad, espiritualidad, trabajo comunitario, sociabilidad, aplicar lo aprendido en prisión, no salir de prisión, cambiar, asistencia del Estado y muerte.

Como es de esperarse, la mayoría de los participantes aspira conseguir su libertad y también desea poder realizar un trabajo. Es interesante que en los testimonios se encuentra relación con los ámbitos de persona,

familia, comunidad y sociedad, lo que remite a pensar en la importancia de la reinserción social positiva y en la prevención de la reincidencia, a través de oportunidades reales para el pospenado y su familia.

Bajo el eje de intervención "Expectativa de vida", se trabajarán aspectos relacionados con la integralidad del ser humano, el planteamiento que tiene sobre sí mismo, y las acciones presentes o futuras que podrían asumir con un alcance que defina el entorno en el que se desenvuelve. Por otra parte, la adherencia a conductas relacionadas con lo que para ellos es valioso, será clave en el desarrollo de un proyecto exitoso tanto para la estadía en prisión, como para su reencuentro con el medio externo.

El objetivo del taller es reflexionar sobre las expectativas de vida de los AMPL y su impacto sobre los diferentes ámbitos del ser: personal, familiar, comunitario y social.

También se busca:

- Hacer conciencia sobre la importancia de cada persona para la construcción de una sociedad más incluyente
- Buscar que el AMPL desde el ámbito carcelario en el que se encuentra se comprometa con un futuro, como mecanismo de vida y esperanza
- Reconocer el grado de influencia sobre sí mismo y sobre el entorno
- Generar un espacio de discusión y orientación acerca del logro de las expectativas de vida, con base en los valores que da el AMPL a la independencia y autonomía

Bases conceptuales para el eje

Como lo comenta Jiménez Betancourt (2008), las personas de la tercera edad deben tener estructurado un proyecto de vida que dé sentido a su existencia que les permita una actividad, una dinámica con la posibilidad de realizar ciertas tareas y cumplir con algunos propósitos, pues "aspirar a la consecución de algo es volver a vivir".

Conforme a las subcategorías asociadas por Abaunza *et al.* (2014, p. 178), donde los AMPL mencionan lo que esperan hacer, tener o ser en los años que les resta de vida, y frente a un enfoque sistémico comprendido como una serie de procedimientos relacionados entre sí para lograr una meta puntual de acuerdo a un plan definido, se plantean una serie de sesiones bajo la perspectiva de ver a la persona como un sistema abierto adaptable constantemente con respecto al entorno en el que se ubica y frente al rol que desempeña.

Dentro de un enfoque sistémico, la comprensión de las expectativas de vida se puede llevar a cabo planeando un sistema abierto (Guízar Montúfar, 2008, p. 84) como una herramienta que ayude a los AMPL a evaluarse a sí mismos, al entorno que tienen y el que esperan desarrollar como respuesta a lo que desean. El proceso incluye diagnósticos sobre sí mismos —posibles ambientes o escenarios, qué futuros que tienen— y el diseño de planes de acción para acercarse a las expectativas deseadas en algunas de las subcategorías asociadas a sus vidas.

La expectativa de vida en el AMPL contempla principalmente los componentes como el trabajo o la familia y, en menor nivel, la asistencia del Estado, la espiritualidad, el trabajo comunitario, entre otros (Abaunza *et al.*, 2014, p. 178). Más allá de que esto sea o no realizable, se hace necesario encontrar conceptos que permitan la construcción de actividades para que el AMPL pueda acercarse de manera efectiva al cumplimiento de esas expectativas.

En primer lugar, se plantea un abordaje que vincule la ejecución de conductas enmarcadas en los conceptos de independencia y autonomía expuestos por Aimar, De Dominici, Stessens, Torre y Videla (2009, p. 25). Con el primero hacen referencia a la capacidad de desempeñar las funciones relacionadas con la vida diaria, recibiendo poca o ninguna ayuda de los demás, mientras que con el segundo se propone la capacidad de tomar decisiones por sí solos y afrontar las respectivas consecuencias de acuerdo con preferencias propias y según los requerimientos del entorno.

El tercer componente de esta propuesta es el concepto de valores, según lo exponen Páez, Gutiérrez, Valdivia y Luciano (2006, p. 10), como las direcciones vitales elegidas, deseadas y construidas verbalmente, es

decir, que pueden alcanzarse mediante las conductas, pero que nunca serán conseguidos como un objeto, lo que los convierte en tareas o motivaciones constantes que están presentes como un horizonte que da sentido a la vida misma. Un ejemplo de esto, en el contexto de los AMPL, son los conceptos de "calidad de vida" o "crecer como persona", frente a los cuales siempre podrá estar mejor.

Así, la expectativa de vida se aborda enmarcada en acciones de independencia y autonomía orientadas por valores personales que los AMPL le dan a la familia y al trabajo como parte de la construcción diaria de bienestar y disfrute de esa etapa de la vida.

Sesión 1: Mi mundo y yo

Tema: La importancia de comprenderse como sujeto y parte imprescindible de un sistema, que se ve afectado de manera positiva o negativa, con todas las acciones realizadas por sus miembros. La expectativa de vida debe enmarcarse en este sistema y propender para su correcto funcionamiento, de acuerdo con los intereses y necesidades de sus partes.

Objetivo: Hacer conciencia sobre la importancia de cada persona para la construcción de una sociedad más incluyente

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	3 min.
2. Normas de convivencia	2 min.
3. Actividad rompe hielo: Adivina el personaje	15 min.
4. Dinámica: Cada acción tiene su reacción	25 min.
5. Retroalimentación de la actividad	
6. Cierre	5 min.
7. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Adivina el personaje

Cada participante del taller debe escribir en un papel el nombre de un personaje histórico o contemporáneo que sea reconocido por la sociedad. Una vez metidos todos los papeles en una bolsa, bien doblados, cada participante debe extraer un papel de la bolsa sin mirar lo que dice. Por turnos, los participantes pegan el papel en su frente para que los demás puedan ver el personaje que les correspondió. El participante hace preguntas para adivinar qué personaje le ha tocado. Cada persona debe tener un tiempo de 40 segundos para adivinar qué personaje le ha correspondido.

Esta actividad busca que los participantes del taller hagan descripciones acerca de personas, con el fin de que los profesionales puedan observar el tipo de afirmaciones que hacen acerca de las características de las personas y cómo formulan preguntas sobre la apariencia. Esto ayudará a identificar qué tantas descripciones con juicios de valor hacen los participantes, a través de la reflexión entre ellos mismos frente al tema propuesto.

Dinámica 1: Cada acción tiene su reacción

En esta actividad los participantes se dividirán en tres grupos de cinco personas aproximadamente. Cada grupo deberá graficar en un cartel su mundo, tal como lo imaginan a futuro; es importante que se visualicen allí los actores y las relaciones entre estos, los lugares, las actividades, los sentimientos y los efectos que las acciones pueden generar en la dinámica de la representación gráfica.

Posteriormente, se colgarán los carteles y cada grupo deberá socializar con el resto de los participantes lo que está allí plasmado. El objetivo de la actividad es generar una reflexión en torno al impacto que nuestras acciones generan en la vida de los demás y de ahí la importancia de ser conscientes de nuestros actos y de procurar realizar aportes a la comunidad y sociedad en que vivimos. Esta consciencia del otro debe estar presente en la expectativa de vida de cada persona, pues las libertades e intereses personales no pueden ir en contra de los derechos de los demás.

Sesión 2: Forjando el futuro

Tema: El proyecto de vida, entendido como los objetivos o metas por alcanzar en lo que queda por vivir en el corto, mediano y largo plazo, requiere diseñar un plan de acción para hacerlo ejecutable con base en las posibilidades que la realidad ofrece a cada persona, a nivel personal, familiar y social.

Si hay vida, consecuencialmente debe existir un proyecto de vida, por viejo que se sea, incluido por supuesto el AMPL, de ahí que resulte necesario, considerando el género, implementar en los EPC una serie de actividades laborales, educativas, lúdicas, espirituales, socioculturales y familiares, concientizando a unas y otros de que ese futuro implica una serie de alternativas, hasta el día la muerte misma.

Objetivo: Buscar que el AMPL, desde el ámbito carcelario en el que se encuentra, se comprometa con un futuro, como mecanismo de vida y esperanza.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	3 min.
2. Normas de convivencia	2 min.
3. Dinámica: Espontaneidad	40 min.
4. Retroalimentación de la actividad	20 min.
5. Cierre	5 min.
6. Aplicación encuesta de satisfacción	10 min.

Dinámica: Espontaneidad

Para la actividad se escribirán de manera independiente los trece (13) aspectos asociados a la expectativa de vida recogidos en la investigación *Adultos mayores privados de la libertad en Colombia*, esto es: pensión, trabajo, segunda oportunidad, familia, libertad, espiritualidad, trabajo comunitario, sociabilidad, aplicar lo aprendido en prisión, no salir, asistencia del

Estado y muerte, en cintillas diferentes que se depositarán en una bolsa para que trece (13) AMPL saquen una de ellas y sea confrontado con la que le correspondió en suerte; si el grupo es de menor número, se continuará con el ejercicio hasta que se agoten las cintillas. Con esta dinámica se busca la participación de todos los convocados, así como la exploración de las distintas expectativas futuras que cada uno pudiera tener, positiva o negativa.

Frente a las opiniones expresadas, el tallerista consultará la opinión de los demás, haciendo ver los pro y los contra de las intenciones expresadas, unas y otras circunscritas, claro está, en relación con la realidad de cada quien como, por ejemplo, conocimientos, habilidades y destrezas, pero también de sus falencias; de sus seres queridos, si los tienen, o de su ausencia; del propio sector social que los recibirá cuando recuperen la libertad, del rol que pueden llegar a cumplir, para lo cual invitará o sugerirá la participación de los AMPL en las diferentes actividades que pueda ofrecer el reclusorio, como trabajo, educación, recreación, etc.

No habrá preguntas elaboradas, ni respuestas prefabricadas, pues se trata de un ejercicio espontáneo y sincero, sin distractores, para que cada quien tenga oportunidad de manifestar su posición personal, de atreverse a expresar cuál será su futuro y de estar dispuesto a debatirlo de cara a su prójimo más cercano.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 3: Todo acto tiene consecuencias

Tema: Desde la reflexión frente a los roles o funciones que se desempeñan a lo largo de la vida, se busca colocar en perspectiva la responsabilidad que se tiene frente a cada uno de ellos, independiente del lugar o situación que pueda estar ocurriendo alrededor.

Objetivo: Reconocer el grado de influencia sobre sí mismo y sobre el entorno.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	3 min.
2. Normas de convivencia	2 min.
3. Actividad rompe hielo: asumo mi responsabilidad	20 min.
4. Dinámica: Responsable de mi rol	
5. Retroalimentación de la actividad	20 min.
6. Cierre	5 min.
7. Aplicación encuesta de satisfacción	10 min.

Actividad rompe hielo: Asumo mi responsabilidad

Buscando que cada participante pueda reconocer el grado de influencia que tiene dentro de su rol sobre las acciones que ha tomado, el facilitador le suministra una hoja en blanco y un lápiz, le dirá que recuerde a lo largo de su vida una acción específica en la cual fue totalmente responsable en el rol que desempeñaba, otra en la que fue irresponsable y, finalmente, frente a la expectativa que tendría con ese rol, que acción o decisión responsable tomaría al volver a desempeñarlo. Para ello, el facilitador podrá utilizar el siguiente esquema que compartirá con cada participante:

Función o rol	Acción responsable	Acción irresponsable	Decisión a tomar frente a la expectativa que tiene
Trabajo			
Familia			
Consigo mismo			

Cada participante en la hoja que se le dio lo diligenciará bajo el esquema sugerido o de manera libre, pero teniendo presente los roles mencionados. El AMPL deberá completar el esquema. Luego de diligenciado, en un círculo con sus demás compañeros, compartirá uno de los roles (“trabajo”, “familia” o “consigo mismo”) con la acción responsable, irresponsable y la decisión frente al rol compartido, y en su intervención mencionará si tuvo total responsabilidad en ello, o fue compartido con otro o considera

que no tuvo responsabilidad. Finalmente, frente a lo mencionado por cada participante, el facilitador hará la siguiente pregunta: ¿considera que ha sido responsable de las acciones que menciona y en qué medida?

Dinámica: responsable de mi rol

Dentro de la dinámica se pretende resaltar la responsabilidad que se tiene en las acciones que se realizan en el rol que se desempeña, como parte de la interacción conmigo mismo y con quienes lo rodean.

La dinámica iniciará organizando tres grupos con la misma cantidad de participantes, cada uno de ellos nombrará un representante del grupo. El facilitador se reunirá con los tres representantes (uno por grupo), y de acuerdo al rol que decida tener cada grupo (trabajo, familia o consigo mismo) le dará la siguiente instrucción:

Cada grupo deberá preparar en 5 minutos una actuación creativa con la siguiente situación y actores que intervienen, quienes representarán un rol de acuerdo al tema. Deberán participar todos los miembros del grupo y tendrán solo 2 minutos para la escena:

1. *Grupo de "Trabajo"*: En la empresa de Tamales Dietéticos, llegó un funcionario del Invima para otorgar el registro sanitario. Los actores que entran en escena son: el gerente, el funcionario del Invima, la secretaria, el proveedor de ingredientes y una cucaracha.
2. *Grupo de "Familia"*: En la familia de los Pérez, el hijo menor tiene un dolor de cabeza. Los actores que entran en escena son: papá, mamá, hijo, doctor y el gato.
3. *Grupo "Consigo mismo"*: En algún lugar, alguien fue nombrado para dar solución a un inconveniente. Los actores que entran en escena son: la persona nombrada para solucionar, la persona que lo nombra, el observador, el chismoso y una gaviota.

Finalizada la representación de todos los grupos, el facilitador preguntará a cada líder de grupo ¿qué decisiones tomaron como grupo para

realizar la escena?, ¿qué aportó cada integrante de su grupo para hacer la actuación?, y ¿cuál es la percepción de la responsabilidad sobre el resultado que obtuvo cada uno y el grupo?

Frente a las respuesta se retroalimentará haciendo énfasis en que la responsabilidad implica responder por las acciones que asumimos en cada uno de nuestros roles, que la respuesta que damos frente a cada acción refleja confianza o la deteriora ante nosotros mismos y ante los demás. Finalmente, se le agradece y felicita a los participantes por asumir la responsabilidad frente a la actividad desarrollada, se les invita a tomar decisiones que reflejen con su ejemplo la importancia de asumir la responsabilidad en cada rol de su vida sin excusas ni justificaciones, aprovechando todas las posibilidades que tenga para influir con sus acciones en las decisiones en sí mismo y en quienes lo rodean.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 4: Actuando conforme a lo que me gusta

Tema: Identificación de valores y comportamientos que acercan y alejan al interno.

Objetivo: Identificar conductas cotidianas de independencia y autonomía relacionadas con lo que es importante para los AMPL en el ámbito familiar y laboral.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	3 min.
2. Normas de convivencia	2 min.
3. Actividad rompe hielo: Lluvia de ideas. Conceptos de "independencia y autonomía"	10 min.
4. Dinámica: Aplicando los conceptos a la vida diaria	15 min.

Continúa

Actividad	Duración
5. Actividad de la Diana. Basada en el ejercicio desarrollado por Lundgren, Luoma, Dahlc, Strosahld y Melinc (2012)	15 min.
6. Cierre y retroalimentación	10 min.
7. Aplicación encuesta de satisfacción	10 min.

Actividad rompe hielo: Lluvia de ideas

Se lleva preparado un pliego de papel periódico dividido en dos columnas con las palabras independencia, autonomía.

1. Se pide a los participantes que mencionen palabras relacionadas con cada uno de los conceptos, hasta poder tener una serie de términos que permitan la construcción de un enunciado que tenga relación con lo explicado en el marco teórico.
2. Terminados los enunciados se redactan de forma coherente, cada uno en un pliego de papel periódico, dejando espacio para pegar las fichas de cartulina.

Dinámica aplicando los conceptos en la vida diaria

En unas fichas de cartulina se pide a los internos que escriban conductas diarias que ellos ejecuten y que demuestren el cumplimiento de los criterios enunciados para cada concepto (una conducta por cada ficha). Por ejemplo, en relación con el concepto de independencia, conductas diarias como la de realizarse el aseo personal, poder comer sin ayuda de otra persona, poder leer sin ayuda de otra persona, entre otras. En relación con el concepto de autonomía, responder por las cosas que se le encomiendan, con las tareas asignadas en la actividad de redención de pena o de atención integral, cumplir con los horarios de régimen interno sin que se lo recuerden.

Posteriormente, cada uno selecciona la que más valora poder realizar a pesar de las dificultades de salud, motoras, de hacinamiento, de estado de ánimo, entre otras, y la pone en la cartelera.

Se pide al grupo que observen cómo ha quedado la cartelera, que en ese momento debe estar compuesta por dos columnas, los conceptos producto de la lluvia de ideas en cada columna y las conductas más significativas que los internos desarrollan en la cotidianidad (ver ejemplo en el anexo 1. Conceptos de independencia y autonomía).

Actividad de la Diana

Ahora se entrega una hoja con una diana impresa a cada integrante y se pide que en el centro de la diana escriban o grafiquen cuáles son sus mayores expectativas de vida en los ámbitos familiar y laboral, entendiéndolas como las motivaciones que tienen para seguir adelante.

Tomando como base la cartelera producto de la actividad "Aplicando los conceptos en la vida diaria", deben comenzar a escribir en orden de importancia, siendo las más cercanas al centro las más importantes, cuáles conductas de las realizadas a diario los están ayudando a cumplir las expectativas de vida que previamente han graficado o escrito en el centro de la hoja (ver ejemplo en el anexo 2. Mis conductas cotidianas).

Finalmente, se pide a tres participantes que voluntariamente expongan sus dianas.

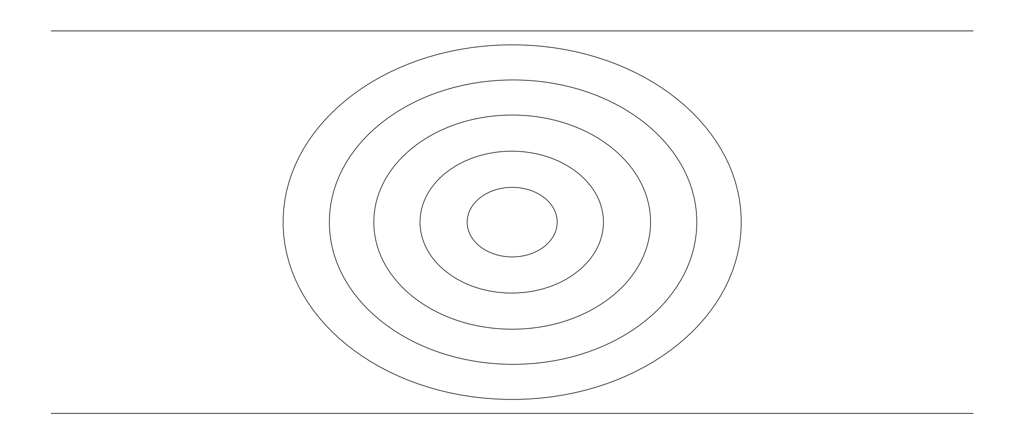
Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

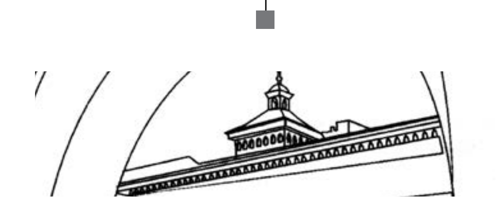
Anexos

Anexo 1. Conceptos de independencia y autonomía

Independencia	Autonomía
Concepto: lo que puede hacerse por sí solo, sin que nadie le ayude. Conductas cotidianas: me realizo el aseo personal, puedo comer sin ayuda de otra persona, puedo leer sin ayuda de otra persona.	Concepto: la capacidad de responder conscientemente por mis acciones. Conductas cotidianas: respondo por las cosas que se me encomiendan, cumplo con las tareas asignadas en la actividad de redención de pena, cumplo con los horarios de régimen interno sin que me tengan que recordar.

Anexo 2. Mis conductas cotidianas





Eje Familiar
Taller: Genograma, vínculos y problemáticas familiares "Combinación familiar"

El eje familiar del programa de atención AMPL en Colombia, pretende fortalecer un equilibrio entre este y su familia, buscando que la última funcione como red de apoyo dentro y fuera del ERON, debido a que el encierro deteriora e influye de manera relevante sobre los vínculos familiares e interacciones entre los miembros de un grupo familiar. El concepto de familia puede tomar varios significados, pero en general se asume como la unidad social más influyente en el desarrollo de los seres humanos, unidos por lazos de sangre, afinidad o adopción.

Por ende, es de gran importancia conocer la composición y estructura de las familias de los AMPL, su dinámica, roles establecidos, límites, vínculos e interacciones, para poder diseñar actividades dirigidas al fortalecimiento de las relaciones entre el AMPL y su familia. Igualmente, es importante identificar el origen de las posibles problemáticas familiares y brindar herramientas que opten por su mejoramiento.

El objetivo de este eje es brindar herramientas y estrategias para el fortalecimiento de las relaciones entre el AMPL y su familia.

También se busca:

- Conocer de la composición familiar del AMPL.
- Brindar herramientas para el manejo de conflictos familiares.
- Afianzar las relaciones e interacciones entre los miembros, fortaleciendo a la familia como red de apoyo.

Bases conceptuales para el eje

Sauceda (1991) reconoce la importancia de la familia en el proceso de socialización y habla de los roles como "conductas repetitivas que implican la existencia de actividades recíprocas en otros miembros de la familia. Un rol equivale a la conducta que se espera de un individuo en determinado contexto. Todos los miembros del grupo familiar asumen una variedad de roles de cuya integración depende que la familia realice sus tareas con éxito" (Sauceda, 1991, p. 66) y funcione como sistema. En ese sentido, es fundamental que el AMPL siga haciéndose partícipe de las dinámicas

familiares en la medida de las posibilidades, bien sea desempeñando sus roles tradicionales o adaptándolos a la situación.

Si bien las principales redes de apoyo se ubican en la familia, también hay redes de otros tipos como de amigos o comunitarias, que en cualquier caso deben cumplir, de acuerdo con Montes de Oca (2003, p. 6) con los siguientes factores:

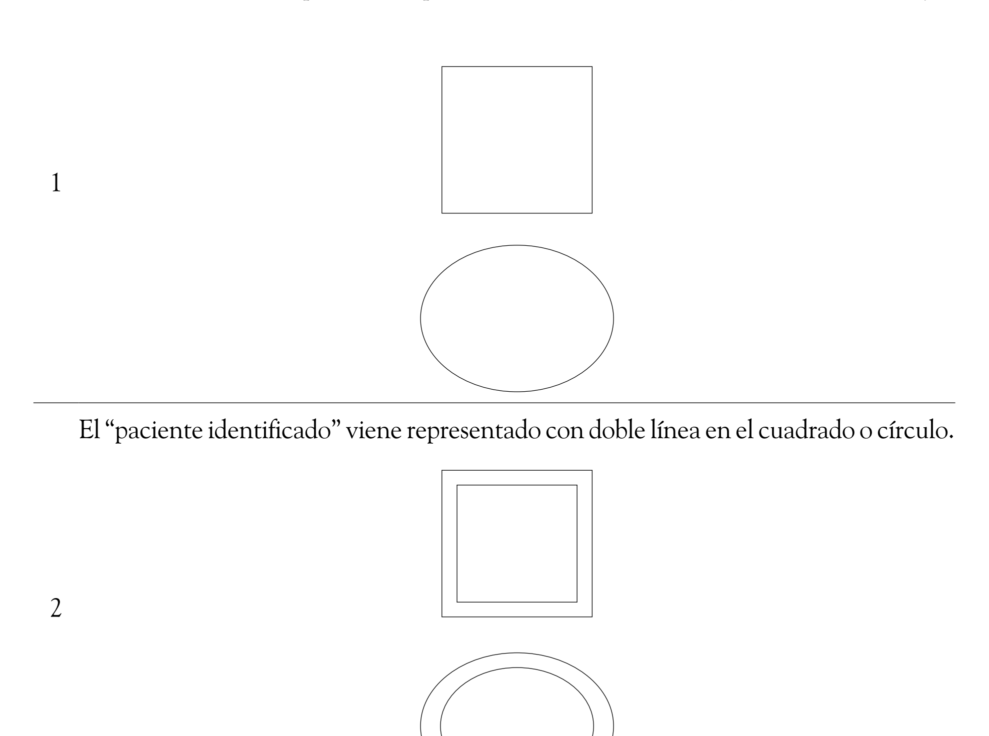
- Dar apoyo
- Estructurar y dar sentido al desempeño de roles sociales significativos
- Incentivar la sensación de pertenencia
- Promover la integración social
- Validar a la persona como capaz e importante
- Compartir información sobre comportamientos saludables

Es decir, la familia cumple un papel muy importante en la vida de cada ser humano y aún más cuando este se encuentra privado de la libertad debido a que hay pérdida de vinculaciones, puesto que las relaciones interpersonales se encuentran restringidas. Por lo anterior, para efectos del presente taller, se propone visualizar la familia de cada participante a partir de un genograma, que “es una representación gráfica de la composición familiar generacional (por lo menos tres generaciones), que registra información sobre los miembros de esa familia y sus relaciones” (González de Canto, s.f. 1).

González de Canto (s.f.) menciona que para la elaboración de un genograma se deben considerar tres niveles: a) trazados de la estructura familiar, b) registro de la información sobre la familia, y c) descripción de las relaciones familiares. La simbología del genograma que se relaciona con el nivel a), se detalla de la siguiente manera:

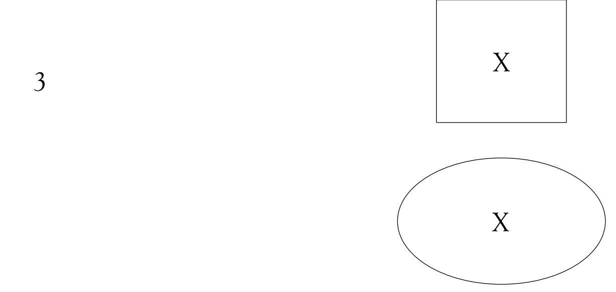
Figura 1. Elaboración del genograma

Cada miembro está representado por un cuadro o un círculo, según sea varón o mujer.



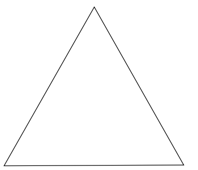
El "paciente identificado" viene representado con doble línea en el cuadrado o círculo.

Para una persona fallecida, se coloca una "X" dentro del cuadrado o círculo. Las figuras en el pasado distante (más allá de tres generaciones) no se marcan, ya que están presumiblemente muertas.

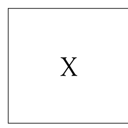


Los embarazos, abortos y partos de un feto muerto se indican por los siguientes símbolos.

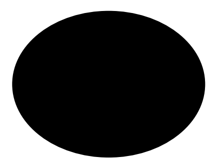
Embarazo muero: triángulo.



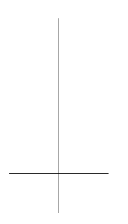
Parto de un feto: cuadrado con una cruz en su interior.



4 Aborto espontáneo: círculo negro.



Aborto provocado: cruz.



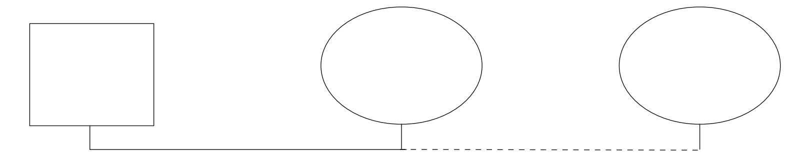
5 Las relaciones biológicas y legales entre los miembros de las familias se representan por líneas que conectan a dichos miembros.

6 Si una pareja viven juntos pero no están casados se utiliza una línea de puntos.

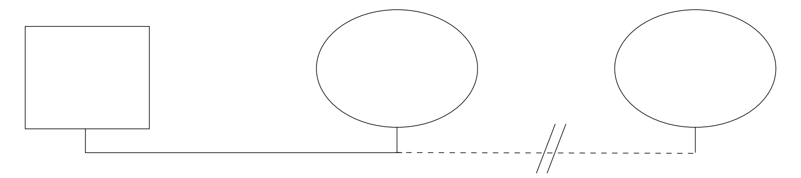
7 Las barras inclinadas significan una interrupción del matrimonio: una barra para la separación y dos para el divorcio.

8 Los matrimonios múltiples pueden representarse de la siguiente manera:

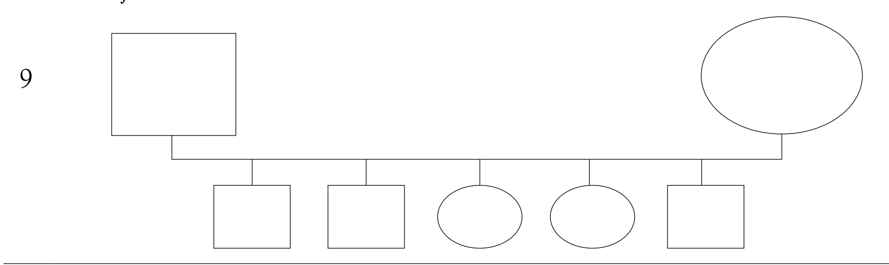
Un marido con varias esposas: se une el actual matrimonio con una línea recta y los anteriores con una línea que tangencialmente es cortada por otras dos.



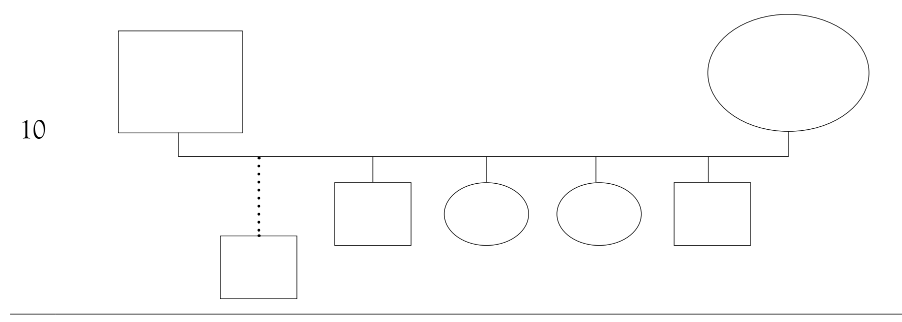
Cada cónyuge tuvo varios consortes: se une el actualmente matrimonio con una línea recta y los anteriores matrimonios se unen con líneas rectas que tangencialmente son cortadas por otras dos.



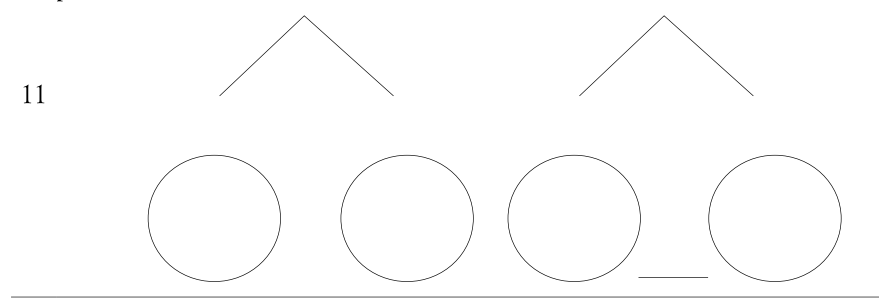
9 Si una pareja tiene varios hijos, la figura de cada hijo se coloca conectada a la línea que une a la pareja. Los hijos se van situando de izquierda a derecha desde el mayor al más joven.



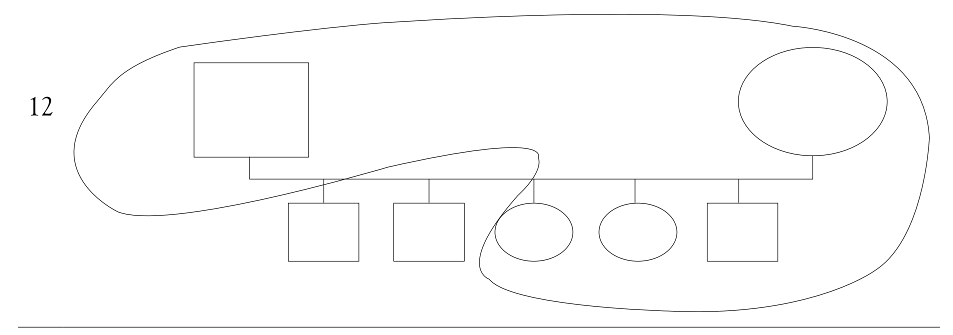
Se utiliza una línea de puntos para conectar un niño adoptado a la línea de los padres.

10 

Los hijos mellizos se representan por la conexión de dos líneas convergentes a la línea de los padres: si son monocigóticos (idénticos) estos a su vez están conectados por una barra

11 

Para indicar los miembros de la familia que viven en el hogar inmediato, se utiliza una línea punteada para englobar a los miembros que convenga.

12 

Fuente: elaboración propia basada en González de Canto (s.f.)

El nivel b) incluye edades, fechas de los nacimientos y muertes, ocupaciones y nivel cultural; sobre el funcionamiento se buscan datos de la parte médica, emocional y de comportamiento de distintos miembros de la familia y sucesos críticos. También se trata de identificar las personas

que puedan llegar a tener a cargo el AMPL. Y para el nivel c) se utilizan distintos tipos de líneas para simbolizar los tipos de relaciones entre dos miembros de la familia y se grafican de la siguiente manera:

Fusionados: tres líneas paralelas.

Unidos: dos líneas paralelas.

Distantes: una línea.

Apartados: una línea cortada tangencialmente por otra línea.

Conflictivos: una línea quebrada que une a los dos individuos.

Fusionados conflictivos: tres líneas paralelas que en su interior contiene una línea quebrada.

Aparte de realizar visualmente una composición familiar con ayuda del genograma, es importante mencionar que el AMPL se debe adaptar y cambiar su estilo de vida, el único contacto que tiene con el mundo exterior depende de las visitas de amigos o familiares, pero si no se tiene este contacto la persona privada de la libertad comienza a presentar pensamientos y emociones relacionadas con sentirse aislado del mundo

social. Por ende, es importante disminuir las posibles problemáticas que se presenten en una familia y permitir que las personas no tengan pensamientos de aislamiento, a partir de la solución de problemas y habilidades de negociación con la familia.

También es importante tener en cuenta que la solución de problemas se busca a través de un proceso que evidencia sus los diferentes componentes, los cuales son expuestos por D'Zurilla referido por Becoña (en Labrador, Cruzado & Muñoz, 2008, p. 464):

1) Orientación hacia el problema
2) Definición y formulación del problema
3) Generación de soluciones alternativas
4) Toma de decisiones
5) Ejecución y verificación de la solución

De acuerdo con lo anterior, también es relevante tener un pensamiento creativo que brinde aparte de las soluciones del problema, estrategias de negociación donde se pueda generar confrontación, tolerancia y escucha de todas las propuestas planteadas, tratando de identificar las soluciones más apropiadas para cada problemática, el contexto donde se desarrolla el individuo, la historia de aprendizaje de cada sujeto, las habilidades propias y la meta familiar o personal que se busca al solucionar el problema.

Entonces, al solucionar las posibles problemáticas se genera una estabilidad y equilibrio familiar y personal logrando que se adquiera una red de apoyo positiva para cada miembro de una familia.

Sesión 1: Graficando mi familia

Tema: Genograma, dinámica, estructura y problemática familiar.

Objetivo: Conocer de la composición familiar del AMPL.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	3 min.
2. Normas de convivencia	3 min.
3. Actividad rompe hielo: Construyendo una red	10 min.
4. Dinámica: Esbozando mi familia (explicación del concepto)	25 min.
5. Cierre (retroalimentación)	4 min.
6. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Construyendo una red

Para la actividad rompe hielo, haremos uso de 15 tiras de lana de cualquier color que miden 100 centímetros aproximadamente cada una, dispondremos a los 15 AMPL en forma de círculo y cada uno deberá tener consigo una tira de lana. Posteriormente, se pedirá a los participantes que unan una punta de su tira de lana a la punta de lana del compañero de la izquierda, formando así una sola unión de las 15 tiras de lana, deberán quedar solo dos puntas libres de las 15 tiras. Después de que todas las tiras de lana estén unidas, se le indicará al grupo que debe tejer una red sin explicación de cómo realizarlo, y cuentan con 5 minutos para ello.

Seguidamente, cuando se haya terminado el tiempo o se haya construido la red, se espera que los participantes identifiquen por qué pudieron realizar o no la actividad. Se formularán las siguientes preguntas:

- ¿Alguien tomó el liderazgo?
- ¿Alguien mencionó el método para realizar la red?
- ¿Todos colaboraron en la creación de la red?
- Si usted dio una idea, ¿fue tenida en cuenta?
- ¿En algún momento existieron dificultades?
- ¿Definieron roles para ejecutar la actividad, existió asignación de funciones?

El objetivo de la actividad “Construyendo una red” es que todos los participantes del taller se integren, establezcan comunicación y asignación de funciones (roles), con el fin de mostrar al AMPL que todas las personas que hacen parte de un grupo cumplen un papel importante si se tiene en cuenta que todos tienen algo por ofrecer. Así mismo, se busca que se desplacen (tengan movilidad) para construir la red, que generen pensamientos relacionados con la solución de problemas y el trabajo en equipo, para así realizar la introducción al tema de la sesión.

Después de que se respondan dichas preguntas, se inicia con la *retroalimentación* mencionando que todas las personas son parte fundamental de una familia, en la cual existen roles que deben ser identificados y tenidos en cuenta para su funcionamiento adecuado.

Dinámica: Esbozando mi familia (explicación del concepto)

Inicialmente, se dará una explicación de la simbología del genograma, teniendo como apoyo visual la cartelera de convenciones, seguidamente se dispondrá a realizar 3 grupos, cada uno de 5 AMPL. Posteriormente, a cada persona se le hará entrega de 2 esferos de diferentes colores, 1 esfero negro, 1 ½ pliego de papel o cartulina blanca, recortes de figuras geométricas (20 cuadrados, 20 círculos y pegante. Cada figura geométrica tendrá una medida de 5 centímetros de alto por 5 centímetros de ancho. Luego de finalizar la explicación del genograma y sus convenciones, cada participante debe pegar las figuras geométricas, dibujar los vínculos familiares con los esferos de colores, para así realizar una estructura familiar por AMPL, visualizar la dinámica, problemáticas y roles.

El objetivo de la actividad “Esbozando mi familia” es obtener información relacionada con la familia del AMPL y que así mismo se tenga claridad sobre la composición familiar, personas a cargo, la dinámica y posibles problemáticas e inicio de estas, a partir de la representación visual. De igual forma, adquirir información necesaria para fomentar estrategias de mejora en las dinámicas familiares. Se realizará la *retroalimentación* indicando que todos tenemos familias diversas y que se comportan de diferentes maneras, debido a que todos los miembros de una familia tienen

historias de aprendizaje y repertorios conductuales distintos que influyen en la manera de interactuar entre sí. También se les menciona que al reconocer e identificar los problemas es más fácil iniciar con algunas estrategias para lograr el objetivo de estabilidad y apoyo familiar, e igualmente que no hay familias buenas, malas, mejores o peores, simplemente familias que se comportan y tienen roles asignados para un funcionamiento familiar.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 2: Pensamiento creativo

Tema: Estabilidad familiar.

Objetivo: Brindar herramientas para el manejo de conflictos familiares.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	3 min.
2. Normas de convivencia	3 min.
3. Actividad rompe hielo: Diferentes perspectivas	10 min.
4. Dinámica: Anteojos (explicación del concepto)	25 min.
5. Cierre (retroalimentación)	4 min.
6. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Diferentes perspectivas

Para la actividad rompe hielo, se colgarán en la pared fotografías o imágenes de personas (pueden ser tomadas del anexo 1. Diferentes perspectivas), y se les pedirá a los AMPL que formen grupos de 5 integrantes para que elijan algunas imágenes, para ello tendrán 3 minutos. Posteriormente, se le dará a cada grupo 1 pincel, 4 octavos de cartulina, 2 hojas de papel iris, pegante y pinturas. Después de que cada grupo tenga sus materiales, sus

imágenes o finalice el tiempo, los participantes deberán unir las imágenes, realizar un marco recreando una foto familiar y así hacer un pequeño museo fotográfico.

Seguidamente, cuando se haya terminado el tiempo total o se haya construido el pequeño museo fotográfico, se espera que los participantes identifiquen si tuvieron problemas o inconvenientes para llevar a cabo la actividad y socialicen cómo hicieron para desarrollarla, teniendo en cuenta que todas probablemente tenían diferentes maneras de poder ejecutarse.

El objetivo de la actividad es que los AMPL caminen para recolectar las diferentes imágenes, también que los participantes del taller trabajen en equipo solucionando cualquier dificultad que pudiera presentarse en la ejecución de la actividad. Así mismo, que las personas de cada grupo brinden las propuestas que crean que se deben tener en cuenta para realizar la actividad, en el marco de la escucha, la tolerancia, la negociación y el beneficio que se tendrá a nivel social y personal.

Después de la socialización se inicia con la *retroalimentación*, identificando las diferentes estrategias que los AMPL pudieron utilizar para llevar a cabo la actividad, teniendo en cuenta que todos tienen diferentes perspectivas y haciendo referencia a que ninguna estrategia es mejor o peor que otra, sino que la forma en que se expresan dichas alternativas y el escuchar las propuestas de los demás, servirá para llegar a un consenso que involucre las diversas ideas.

Dinámica: Anteojos (explicación del concepto)

Inicialmente, se le pide al grupo de AMPL que se organicen en forma de círculo y se leen tres historias cortas sobre problemáticas familiares. Al finalizar la primera historia se sacan unas gafas y se les dice a los participantes que son las gafas de “la esperanza”, las cuales se le entregan a un AMPL y se le indica que brinde una posible solución a la historia leída anteriormente teniendo en cuenta que en ese momento tiene una perspectiva de esperanza. Luego se sacan otras tres gafas y se menciona que son las gafas “del amor”, “de la confianza” y “del enojo”.

Nota: Las gafas pueden estar denominadas de otra forma, la idea es que existan diferentes anteojos para dicha actividad. Posteriormente, cuando las personas han dado sus alternativas de solución a la problemática mencionada en la historia, se socializa entre todos los participantes y se elige una alternativa de solución.

El objetivo de la actividad es que los AMPL identifiquen que para una sola problemática se pueden brindar diferentes alternativas de solución y además que depende de la actitud que tengan frente al problema para poder solucionarlo. Así mismo, que utilizando los anteojos se den cuenta de que es muy fácil tener diferentes perspectivas sobre un problema en un grupo reducido de personas, e incluso que una sola persona puede presentar diferentes opiniones sobre la misma historia.

Luego de que se hayan leído las tres historias y participado la mayoría de los AMPL se realiza la *retroalimentación* a partir de socializar que todas las personas tienen dificultades y que existen problemas a nivel familiar, que llegan a ser comunes con otras familias, que se debe entender que estos hacen parte de la vida y si se toman como algo positivo se puede aprender de ello y generar nuevo conocimiento. De igual manera, se menciona que no existen alternativas buenas o malas, sino que hay unas que traen mayores beneficios que otras y que la alternativa más adecuada dependerá del contexto propio de cada familia. Lo ideal es escuchar, hacer concesiones y negociaciones a partir de la perspectiva de todas las personas que pertenecen a la familia, para determinar la solución más acorde.

Historias

1) Pablo trabaja de sol a sol todos los días. Como cada mes está preocupado porque el dinero de su salario no es suficiente para cubrir los gastos de la casa, Ana, su compañera, le ayuda con algunos gastos con el dinero que gana cuidando niños. Hoy, luego de volver del trabajo su compañera le informa que Juanito, su hijo, regresó del colegio algo enfermo y que el doctor le ordenó

unas medicinas para que se cure y también le informa que el dueño de la casa fue a cobrar el arriendo. Ahora Pablo debe decidir qué hacer, ya que el dueño dejó dicho que regresaría al día siguiente en la mañana por su dinero.

2) Helena va todos los días a la escuela con su hermana mayor, ella es una niña bastante juiciosa y aplicada en el colegio, sin embargo, hoy durante un examen importante una de sus compañeras le pidió ayuda y la profesora se dio cuenta, acusando a las dos estudiantes de fraude, razón por la cual su papá es citado en el colegio. Al regresar a la casa después del colegio, Helena debe decirle a su papá que debe ir al día siguiente a la escuela por lo que pasó, pero siente miedo, ya que él no controla sus acciones cuando está de mal humor y puede llegar a agredirla verbal o físicamente. ¿Qué debe hacer Helena?
3) Luis vive con sus dos hijos hace dos años, ya que su esposa murió. Mateo, su hijo mayor, desde hace unos meses se comporta de forma extraña, llega tarde en la noche, le contesta de forma agresiva y ha intentado lastimar a su hermano físicamente. Luis lleva varios días pensando qué es lo que le sucede a su hijo y qué puede hacer para saberlo, ya que no puede permitir que este dañe a su hermano o a sí mismo.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 3: Integración familiar

Tema: Relaciones familiares.

Objetivo: Afianzar las relaciones e interacciones entre los miembros, fortaleciendo a la familia como red de apoyo.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	3 min.
2. Normas de convivencia	3 min.
3. Actividad rompe hielo: Espada en el tiempo	10 min.
4. Dinámica: Pimpón volador (explicación del concepto)	25 min.
5. Cierre (retroalimentación)	4 min.
6. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Espada del tiempo

Para la actividad rompe hielo, se divide a los participantes en dos grupos (siete personas cada uno), en el piso con la ayuda de cinta de algún color se marcan dos líneas paralelas, el ancho debe ser de unos 30 centímetros (dos líneas para cada grupo de 7 personas), nadie puede salirse de las líneas en el momento que se paren en ellas. Posteriormente, se le indica a los AMPL que deben pararse en las líneas de cinta, y que se deben ubicar por edades, o por la inicial del nombre teniendo en cuenta el orden alfabético, fecha de nacimiento, estatura, color favorito, etc., sin salirse de las líneas marcadas en el piso. Para culminar la actividad siguiendo las instrucciones dadas se cuenta con 3 minutos para cada organización planteada, es decir, los AMPL se paran en las líneas marcadas y se ubican por edades, luego descansan y se vuelven a parar en las líneas y se ubican por fecha de nacimiento y descasan, y así sucesivamente.

El objetivo de la actividad es hacer que los AMPL puedan tener movilidad con la ayuda de sus compañeros, conocer los gustos y datos de los demás participantes y hacer que cada uno sirva de apoyo para el otro, con el fin de culminar la actividad. Luego se hace la *retroalimentación*, señalando la importancia de la colaboración y el apoyo mutuo para alcanzar algunas metas propuestas; de igual manera, se menciona que el apoyo prosocial es de vital importancia, puesto que al sentirse apoyado y saber que se cuenta con diversas personas, se disminuyen los efectos y pensamientos negativos, y se pueden culminar las metas propuestas en

menor tiempo, incluso solucionar problemas o únicamente tener a quien contarle información personal sobre diversas cosas de la vida.

Dinámica: Pimpón volador (explicación del concepto)

Se le pide a los participantes que se dividan en grupos de 5 personas, a cada grupo se le entrega 1 cinta pegante, 2 tubos de papel cartón y 1 pimpón. Luego se les indica a los participantes que deben diseñar algo para proteger al pimpón (todos los AMPL deben participar y brindar ideas), debido a que este se va a lanzar fuertemente contra el suelo. Después de que todos los grupos estén listos en el diseño de protección se iniciará el lanzamiento de los pimpones. El lanzamiento contra el suelo se realizará tres veces por pimpón, buscando que se rompa alguno. Posteriormente, se mira cuál pimpón quedó en mejor estado (no se rompió o se rompió menos). Así mismo, los participantes deben mencionar qué técnica utilizaron y cómo fue la comunicación e interacción de los miembros de cada equipo.

El objetivo de la actividad es fomentar el trabajo en equipo, el compañerismo, la comunicación, la interacción, creatividad y todos los conceptos trabajados en cada sesión, brindándole al pimpón una forma de no romperse cuando sea lanzado con fuerza. Se realizará la *retroalimentación* refiriendo que entre más haya interacción entre los miembros de un equipo, posiblemente exista mayor confianza, tolerancia y entendimiento para solucionar todas las circunstancias que se presenten a lo largo de la vida. De igual manera, se menciona que así como el pimpón se salvó gracias a la protección brindada por los AMPL, así mismo sucede con las familias al sentirse seguras y tener la percepción de que todos buscan la misma meta, con lo cual se inicia un proceso de red de apoyo bidireccional, donde todos los miembros son activos y ofrecen todas su potencialidades, habilidades, conocimientos, etc., en favor de la familia.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa

Anexo. Diferentes perspectivas

Adultos



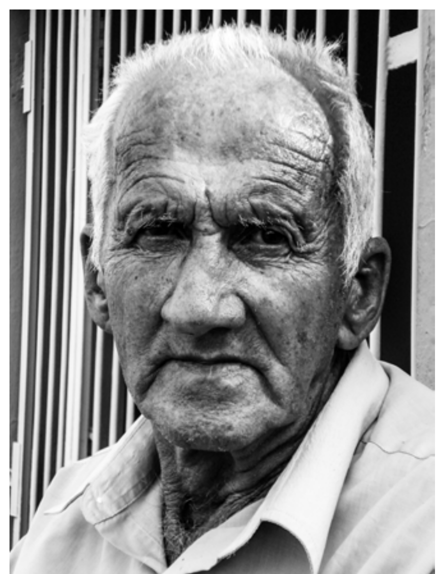




Fuente: pixabay.com

Adultos mayores







Fuente: freeimages.com

Mascotas

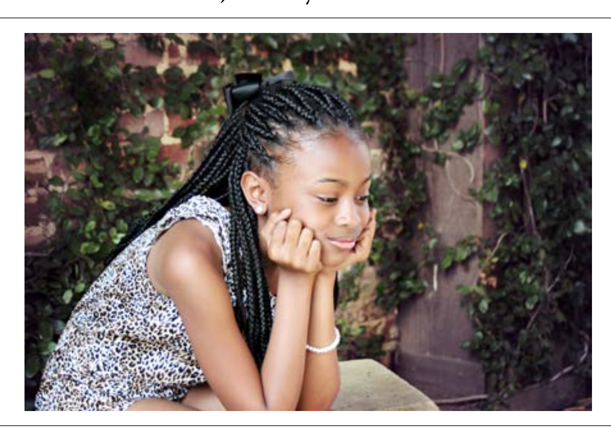






Fuente: pixabay.com

Niñas, niños y adolescentes







Fuente: pixabay.com

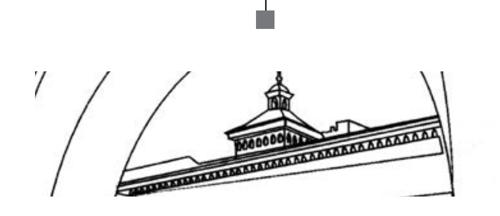
Otras poblaciones







Fuente: pixabay.com



Eje Familiar

Taller: Manejo del dinero

“Conducción de recursos”

Dentro del eje familiar es muy importante incluir la variable bienestar, debido a que de allí se desprende también la importancia de vivir financieramente tranquilo. Así mismo, involucrar a cada miembro de la familia y entender que trabajando juntos es posible alcanzar este el económico, les permite a todos no solo estar alineados con unas pautas y objetivos, sino además alcanzar un mejor resultado en términos de ahorro y manejo de las finanzas de la familia.

Es así como se hace necesario identificar aquellas variables determinantes al momento de tomar decisiones financieras, para de esta forma brindar herramientas que le permitan decidir la nueva etapa de producción financiera en la que se ubica el AMPL, teniendo en cuenta que debido a su envejecimiento natural muchos de ellos no pueden o no les permiten ejecutar actividades productivas que les facilite ayudar a sus familias afuera de un ERON, así como al interior de ellos mismos, de ahí la importancia de profundizar en conceptos financieros que faciliten la gestión y les permita una nueva disposición productiva dentro y fuera de los ERON.

El objetivo de este eje es profundizar en conceptos que pueden facilitar la organización económica y financiera de AMPL y sus familias, teniendo en cuenta que ellos son considerados población excepcional y, por lo tanto, no tienen acceso a las mismas ocupaciones que los demás internos.

También se busca:

- Dar a conocer a los AMPL, conceptos relacionados con las finanzas familiares, mostrando la importancia de estos para la consecución de un bienestar económico familiar.
- Comprender el funcionamiento y manejo del dinero, utilizando destrezas cognitivas que ayuden a la solución de las dificultades financieras en la familia del AMPL
- Reflexionar sobre la capacidad productiva frente a la condición del AMPL

Bases conceptuales del eje

Dentro del eje familiar uno de los temas que se considera es el área financiera tanto del AMPL como de su familia, es por ello que con este taller se busca profundizar en algunos conceptos que pueden facilitar su organización económica y financiera, teniendo en cuenta que por su condición de población excepcional el acceso a las mismas ocupaciones que los demás internos, resulta más complejo (Abaunza *et al.*, 2014).

En ese sentido, se debe hacer una revisión del concepto de "bienestar", que en muchas ocasiones Aranibar (2001, p. 28) está relacionado con la calidad de vidad de un sujeto, que de alguna forma se vería afectada por la imposibilidad de ejercer alguna labor productiva dentro de un ERON, si se entiende que, según Quintero y González (1997, p. 129, citado en Aranibar, 2001) bienestar es la "estimación cognitiva del grado de satisfacción con la propia vida, y esa satisfacción se expresa o concreta en la correspondencia entre metas obtenidas y deseadas… de la satisfacción del sujeto con su vida presente al compararla con su ajuste en el pasado".

Dentro del concepto de bienestar, según Aranibar (2001, p. 28), se encuentra el *bienestar económico*, el cual no está relacionado únicamente con el ámbito material del entorno de las personas mayores, sino que va mas allá de la posición económica y la incidencia de la pobreza en la sociedad, dependiendo de las caracerísticas particulares del sujeto, tales como expectativas, valores, género, entre otras.

Según Resico y Timor (2014, p. 24), la economía es una actividad humana en la que se definen fines y medios que responden a cuestionamientos tales como ¿para qué vivo?, o ¿por qué vivo?; ¿cómo sobrevivo? o ¿cómo vivo mejor? En ese sentido, el mismo autor propone la distinción entre lo económico y lo ético, estando relacionado lo primero con los medios de vida y lo segundo con sus fines. Como ejemplo, el autor expone que robar puede ser beneficioso desde el punto de vista económico, ya que aumenta la cantidad de bienes del sujeto que realiza la acción; sin embago, desde el punto de vista ético, va en contra de la amistad, el respeto y la correcta disposición social.

Respecto al *bienestar económico* de los adultos mayores, se supone que desde la construcción que hicieron con los años, así como desde el aprendizaje obtenido durante la vida, se le facilitará la comprensión del mundo económico y esto le permitará desarrollar un pensamiento que implique destrezas cognitivas y afectivas para entender las diversas dificultades propiciadas por la cultura y la sociedad, así como educar habilidades que contribuyan a la solución de los problemas económicos dados por la vida cotidiana del sujeto (Denegri, Gempp, Rojas, Etchebarne, & González, 2006, p. 78).

Según el modelo planteado por Denegri *et al.* (1995b), citado en Denegri *et al.* (2006, p. 80), la comprensión económica y el bienestar económico derivado de ella está dado de forma progresiva de acuerdo con el *aprendizaje obtenido durante la vida*, no solo de la economía cotidiana sino también de los modelos familiares, aplicando su comportamiento económico (Resico & Timor 2014, p. 24) frente a los fines y los medios que utiliza.

No obstante, al hablar de economía y sus diversas formas de relación con las actividades humanas, es necesario conocer y definir algunos términos que facilitan la comprensión de la economía y las finanzas de una familia. Por lo anterior, se definen palabras como ahorro, inversión, préstamo, crédito, deudas, presupuesto y eventos inesperados.

El ahorro consiste en apartar una suma de dinero o un activo valioso para ser utilizado luego. Dentro del concepto ahorro se encuentra el ahorro familiar, que según Hernández (2006, p. 22) son ingresos de una persona o familia destinados al no consumo, sino al aprovechamiento productivo de este, razón por la cual Sabino (1991, p. 69) refiere que el ahorro puede ser la renta obtenida del ingreso neto que no es gastada en los bienes y servicios.

En cuanto a los *préstamos*, estos son un contrato o convenio según el cual una de las partes entrega a otra cierta cantidad de dinero bajo el compromiso de que este sea restituido luego de cierto plazo, adicionándole los intereses correspondientes. Los préstamos se pueden acordar entre personas así como entre empresas.

Ahora bien, así como se ahorra, se invierte y se adquieren formas de préstamo, también se tienen *deudas*, las cuales se relacionan con una

cantidad de dinero que una persona, empresa o país debe a otra, y que constituye una obligación que se debe saldar en un plazo determinado (Hernández, 2006, p. 106).

El presupuesto familiar puede contribuir de forma significativa a una distribución asertiva de los recursos y a poder organizar el manejo de los ingresos personales o familiares, incluyendo los gastos que se definan y los imprevistos que surjan. Por otro lado, los *gastos* corresponden a una cantidad de dinero pagada o por pagar en virtud de una contraprestación de bienes o servicios que se adquieren para el consumo, conforme a lo que el individuo desee satisfacer.

Dentro de esos imprevistos que puede afrontar la familia, se encuentra la privación de la libertad de uno de sus seres queridos, como lo son los AM. Esta circunstancia hace que la dinámica económica del hogar se modifique y se convierta en un aprendizaje para toda la familia. Uno de los mejores aportes que puede dar la experiencia de un AMPL es participar en el aprendizaje colaborativo de los demás miembros de su familia (Gómez Bedoya, 2008).

Sesión 1: "Lectura económica"

Tema: Conceptos económicos como facilitadores de la organización financiera del AMPL.

Objetivo: Dar a conocer a los AMPL, conceptos relacionados con la economía familiar (ahorro, inversión, préstamo, crédito, deudas, presupuesto, gasto y eventos inesperados), mostrando su importancia para la consecución de un bienestar económico familiar.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	5 min.
2. Normas de convivencia	5 min.

Continúa

Actividad	Duración
3. Actividad rompe hielo: Nuestro manejo	10 min.
4. Dinámica: La escalera (explicación del concepto)	20 min.
5. Cierre (retroalimentación)	5 min.
6. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Nuestro manejo

A todos los participantes se les divide en cuatro grupos iguales, el facilitador reparte a cada grupo fichas o tarjetas, previamente elaboradas por él que representan una cantidad de dinero igual para todos; con ello cada grupo deberá preparar una dramatización de 2 a 5 minutos que represente lo que suelen hacer con esa cantidad de dinero. Finalizada la dramatización de cada grupo, el facilitador hará preguntas a los participantes como las siguientes: ¿lo que vimos es lo que usualmente hacemos con el dinero?, ¿qué hacemos en nuestra familia cuando recibimos un ingreso?, ¿usted suele más gastar, ahorrar, invertir, prestar, pedir prestado, atender eventos inesperados?, y ¿qué piensa sobre su futuro financiero?

El objetivo de la actividad es brindar un espacio de conocimiento personal, relacionado con el comportamiento que muestran las personas cuando tienen un ingreso y la destinación que hacen de los recursos con los conceptos que sobre ello tienen.

Dinámica: La escalera (explicación del concepto)

Se dispone de un tablero de escalera (anexo 1. Escalera) por cada cinco participantes que tiene ocho colores distribuidos en ella, cada color corresponde a un tema determinado según un conjunto de preguntas y diversas situaciones (anexo 2. Cuestionarios), las cuales deben ser resueltas a medida que los participantes vayan cayendo en dichas casillas de color. Las preguntas están relacionadas con conceptos financieros agrupados por categorías como:

- Ahorro: verde
- Inversión: fucsia
- Gasto: naranja
- Préstamo: morado
- Crédito: azul
- Deudas: rojo
- Presupuesto: blanco
- Eventos inesperados: amarillo

Así mismo, el tablero cuenta con unas escaleras que indican que el jugador debe ascender hasta la casilla indicada y unas serpientes que indican se debe descender hasta otra casilla. Para iniciar la partida del juego, todas las fichas deben ser ubicadas en el inicio. Previamente se rifará por sorteo el orden de salida (para esto se debe contar con números del 1 al 15, los cuales deben ser depositados en una bolsa o en algún recipiente para que los AMPL uno a uno los vayan tomando, de esta forma se establece el orden de los participantes). Para avanzar dentro del tablero se cuenta con un dado, el cual debe ser lanzado por cada uno según su turno, este les indicará la cantidad de casillas que deben correr. De esta forma se avanza y se completa el tablero, quien llegue primero gana la partida.

El objetivo de la escalera es dar a conocer de forma lúdica los conceptos económicos, así como saber su grado de utilización en la vida financiera de los AMPL, ya que las preguntas tienen como fin comprender la perspectiva de cada participante frente a las diversas situaciones económicas. La *retroalimentación* se realiza a partir de la explicación de cada uno de los conceptos relacionados con la economía, teniendo en cuenta los aspectos y las variables que interfieren en un mejor aprovechamiento y rendimiento de los recursos.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 2: "Disciplinas relacionadas"

Tema: Experiencia económica del AMPL y su relación con su actual situación financiera.

Objetivo: Comprender el funcionamiento y manejo del dinero, utilizando destrezas cognitivas que ayuden a la solución de las dificultades financieras en la familia del AMPL.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	5 min.
2. Normas de convivencia	5 min.
3. Actividad rompe hielo: Las frutas	10 min.
4. Dinámica: La escalera (explicación del concepto)	20 min.
5. Cierre (retroalimentación)	5 min.
6. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Las frutas

Se divide el grupo en tres equipos. Los integrantes de un equipo son los vendedores de frutas, el segundo equipo serán los compradores de frutas y el tercero lo serán las frutas (cuyos integrantes tendrán el nombre de una fruta cada uno). En cada uno de los grupos se preparará un sociodrama para interactuar con los demás, asumiendo un rol de una situación real. Así, en el grupo de vendedores algunos serán responsables y trabajadores al cuidado de sus frutas, invirtiendo, ahorrando y haciendo presupuestos, otros vendedores son irresponsables que no cuidan las frutas, gastan todo, piden préstamos. El equipo de los compradores tendrá tres roles: unos clientes muy exigentes que le ponen problema a todo, lo compran a crédito, otro que siempre se queja de los productos y de la atención, que es agresivo en su comunicación, y otro que es muy amable, con una muy buena comunicación. Por su parte, las frutas, cuyos nombres quedan a la

creatividad de los participantes, serán los productos que se intercambien entre vendedores y compradores, y cada una tendrá una función (un menú especial, para sembrar y tener más frutas, comer inmediatamente, regalar, etc.), el comprador sabe para qué necesita la fruta, pero no sabe si el vendedor tiene la fruta para lo que la necesita. Entre los grupos se debe simular la compraventa de las frutas y acertar en el uso de estas. Finalmente, se hará una pregunta a cada grupo: al de vendedores, ¿qué demanda tener responsabilidades ante otros?; al de los compradores, ¿qué implica tener el poder para decidir sobre algo?; y a las frutas, ¿qué significa saber que uno puede servir para el bienestar de alguien?

El objetivo de la actividad es permitir la integración, el diálogo y ver la relación que hay entre comprador y vendedor, puesto que a partir de ello se puede establecer la forma en la que los AMPL han aprendido a realizar y ejecutar diversos intercambios financieros. Así mismo, reflexionar si lo que se compra en ocasiones es para el uso que pensamos y si lo que vendemos lo hacemos con la intencionalidad de servir a otro independiente de la forma en que lo solicita. La *retroalimentación* se ejecuta agradeciendo la participación activa, se realiza la distinción de consecuencias al utilizar cada uno de los tipos de comunicación teniendo en cuenta las posibles consecuencias a futuro y conocer posibles percepciones y perspectivas sobre economía.

Dinámica la escalera: Explicación del concepto

Se dispone de un tablero de escalera (anexo 1. Escalera) por cada cinco participantes que tiene ocho colores distribuidos en ella, cada color corresponde a un tema determinado según un conjunto de preguntas y diversas situaciones (anexo 2. Cuestionarios), las cuales deben ser resueltas a medida que los participantes vayan cayendo en dichas casillas de color, las preguntas están relacionadas con conceptos financieros agrupados por categorías como:

- Ahorro: verde
- Inversión: fucsia

- Gasto: naranja
- Préstamo: morado
- Crédito: azul
- Deudas. rojo
- Presupuesto: blanco
- Eventos inesperados: amarillo

Así mismo, el tablero cuenta con unas escaleras que indican que el jugador debe ascender hasta la casilla indicada y unas serpientes que indican se debe descender hasta otra casilla. Para iniciar la partida del juego, todas las fichas deben ser ubicadas en el inicio. Previamente, por sorteo se rifará el orden de salida (para esto se debe contar con números del 1 al 15, los cuales deben ser colocados en una bolsa o en algún recipiente para que los AMPL uno a uno los vayan tomando, de esta forma se establece el orden de los participantes). Para avanzar dentro del tablero se cuenta con un dado, el cual debe ser lanzado por cada uno según su turno, este les indicará la cantidad de casillas que deben correr. De esta forma se avanza y se completa el tablero, quien llegue primero gana la partida.

Esta actividad se pretende realizar en dos sesiones, de manera que los participantes además de jugar puedan profundizar en los conceptos dados, para de esta forma contribuir con la comprensión del medio económico en el cual ellos se desarrollan. La *retroalimentación* en esta segunda sesión se brinda desde la relación de la economía y la psicología, la cual es el sujeto de estudio, con el fin de identificar cómo se relaciona la historia de vida financiera de los AMPL con los temas planteados en la escalera, para de esta manera llevar a los participantes hacia la reflexión de su vida pasada y actual, estimulando así un posible cambio en cuanto a su repertorio conductual en relación con su vida financiera y la de sus familias.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 3: "Comodidad comprensiva"

Tema: Reflexión en torno a la realidad productiva y económica del AMPL.

Objetivo: Reflexionar sobre la capacidad productiva frente a la condición de AMPL.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	5 min.
2. Normas de convivencia	5 min.
3. Actividad rompe hielo: La secuencia humana	10 min.
4. Dinámica: La hormiga y la cigarra (explicación del concepto)	20 min.
5. Cierre (retroalimentación)	5 min.
6. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: La secuencia humana

Para iniciar con la actividad, todos los participantes deben hacer un círculo y cada uno deberá escoger un número de 1 hasta la cantidad de participantes, el facilitador tendrá una pelota pequeña (puede ser de tenis), junto con un cronómetro, y deberá dar la instrucción de pasar la pelota por todas las manos de los participantes en el orden de los números en el menor tiempo posible, la pelota debe ser tocada por cada uno de ellos, manteniendo la secuencia. Tendrán tres oportunidades para realizar la actividad y después del primer intento el facilitador mencionará que el récord de la actividad está en hacerlo en tres segundos. Al terminar se les solicita a los AMPL que mencionen su experiencia con la dinámica y que intenten relacionarla con lo aprendido y mencionado en las dos sesiones anteriores. Al igual se les preguntará ¿fue posible hacer un buen trabajo rápido?, ¿qué hicieron para lograr mejorar en cada intento?, y ¿qué se puede aprender del ejercicio para el manejo del dinero en la vida diaria?

El objetivo de la actividad es brindar un espacio de desplazamiento, integración, distención, sensibilización y socialización donde se evidencian las percepciones de cada uno de los AMPL. La *retroalimentación* se hace a partir de los conceptos explicados en las sesiones anteriores y se profundiza en la ocurrencia de consecuencias a corto, mediano y largo plazo, teniendo en cuenta que al tener claridad en las oportunidades que se presentan con limitantes de recursos se puede obtener diversos beneficios para todos.

Dinámica: Explicación del concepto la hormiga y la cigarra

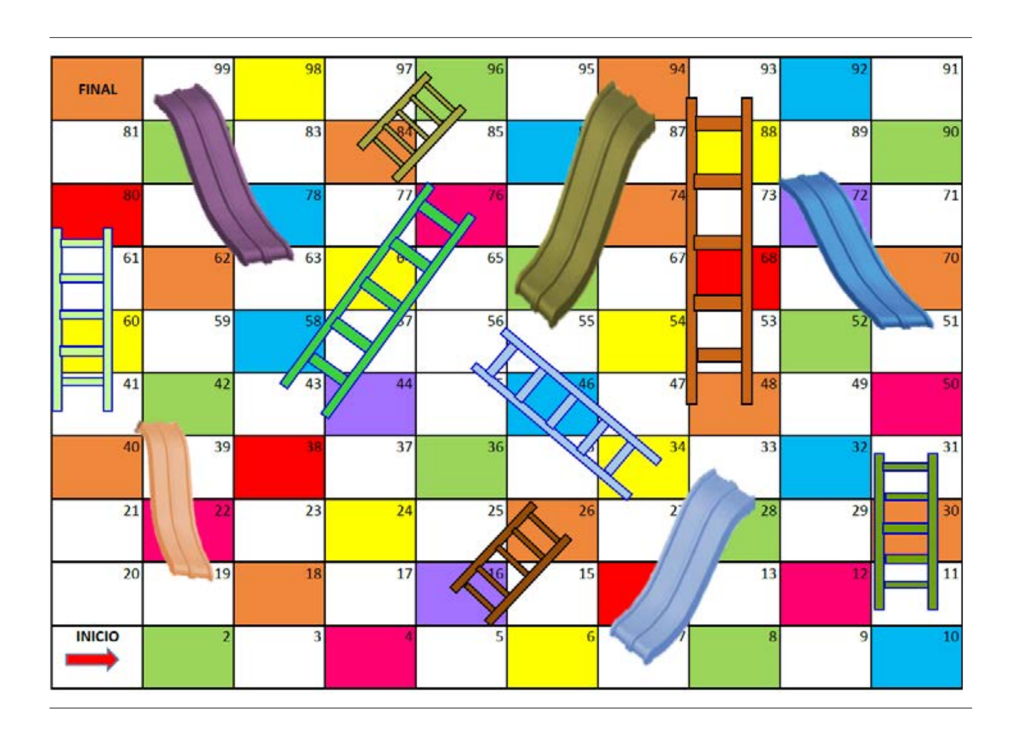
Se leerá una narración llamada "la hormiga y la cigarra" (anexo 3. Fábula) de manera general y posteriormente se le preguntará a los AMPL ¿cómo se puede relacionar la historia con su economía?, ¿cómo influye el bienestar en el estilo de vida?, ¿cuáles serían las consecuencias de cada uno de los comportamientos evidenciados en la narración?, ¿quién tendría mejor calidad de vida en una situación difícil?, ¿qué puede cambiar de lo que ha hecho hasta ahora o qué aconsejaría a las nuevas generaciones que hicieran, con base en su experiencia respecto al adecuado manejo de los recursos que obtenga?

El objetivo de la actividad es generar reflexión, controversia y debate, lo que posiblemente permite instaurar nuevas herramientas en los repertorios conductuales de los AMPL. La *retroalimentación* se realiza a partir de los conceptos de bienestar debido a que se busca que los AMPL y sus familias puedan tener calidad de vida a nivel financiero siendo preventivos ante una situación inesperada, como es el que uno de sus integrantes se encuentre privado de la libertad. Así mismo, se puede reflexionar sobre la importancia de tener en cuenta los diversos factores determinantes personales, sociales y culturales, al igual que los situacionales y económicos.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Anexos

Anexo 1. Escalera



Anexo 2. Cuestionarios

Preguntas para la dinámica de la escalera

Ahorro: verde

1. Al momento de ahorrar una suma de dinero, ¿usted recurre a una entidad bancaria o lo hace por cuenta propia?
2. Usted qué prefiere, ¿ahorrar a diario una pequeña cantidad o ahorrar a final de mes una buena suma?
3. ¿Conserva un depósito de dinero para solventar eventos inesperados?
4. ¿Qué significa para usted ahorrar?

5. ¿A qué edad y cómo empezó a ahorrar?
6. ¿De qué manera ahorran en su familia?
7. ¿Ahorra actualmente?
8. ¿Considera que solo se puede ahorrar dinero?
9. ¿Usted cree que es importante ahorrar?
10. ¿Usted ha tenido cuenta de ahorros en un banco?
11. ¿Usted ha ahorrado en alcancía?
12. ¿Usted cree que desde qué edad se puede comenzar a ahorrar?
13. ¿En qué le gustaría ahorrar para un futuro?

Inversión: fucsia

1. ¿En que invertiría sus ahorros?
2. Cuando quiere comprar un nuevo objeto para su beneficio, ¿piensa antes de comprarlo en la utilidad real de mismo?
3. ¿Qué es una inversión?
4. ¿Ha invertido a lo largo de su vida?
5. ¿De qué manera las personas pueden invertir?
6. ¿Es posible invertir a corto, mediano y largo plazo?
7. ¿Su vida es una inversión?
8. ¿Usted ha invertido su dinero alguna vez?, ¿en qué?
9. ¿Si tuviera en sus manos en este momento 50 millones de pesos en qué invertiría?
10. ¿Para usted qué es la recreación?
11. ¿Cuál ha sido la mejor inversión en su vida?

Gasto: naranja

1. ¿Usted controla sus gastos?
2. ¿Qué es un gasto para usted?
3. ¿Cómo se producen los gastos?
4. ¿En su diario vivir son más frecuentes los gastos o las ganancias?
5. ¿Cuánto ha gastado en vida?
6. ¿Cuál ha sido el gasto más inútil en su vida?

7. ¿Qué gasto ha sido beneficioso para usted?
8. Cuando tiene gastos innecesarios, ¿mira las posibles consecuencias?
9. ¿Suele gastar mucho en artículos de gran valor?
10. ¿Todos los gastos son importantes?
11. ¿Siente que en ocasiones gasta más de lo que puede pagar?

Préstamo: morado

1. ¿Qué es un préstamo?
2. ¿Un préstamo es lo mismo que un trueque o contrato?
3. ¿Sabe si sus familiares en la actualidad están cancelando algún tipo de préstamo?
4. ¿Todos los préstamos se relacionan con el dinero?
5. Normalmente, cuando adquiere un préstamo ¿es para invertir en algún negocio, o para cubrir una necesidad?
6. ¿Cree usted que el hecho de adquirir un préstamo le recarga responsabilidad a sus familiares?
7. Si en este momento tiene la oportunidad de adquirir un préstamo ¿en que lo invertiría?
8. ¿Si usted tuviera la fluidez económica necesaria para hacer préstamos, los haría?
9. ¿Considera que obtener un préstamo le arruina la vida?

Crédito: azul

1. ¿Cuándo quiere comprar un nuevo electrodoméstico, ahorra el dinero o paga a crédito?
2. ¿Tiene o tuvo tarjetas de crédito?
3. ¿Sabe usted si sus familiares tienen tarjeta de crédito?
4. ¿Conoce si sus familiares en este momento están pagando un crédito? ¿Cuál?
5. ¿Alguna vez en su vida adquirió un crédito que superara los 10 millones de pesos? ¿Cómo lo soportó? ¿En qué invirtió?

6. ¿Usted ha sacado créditos alguna vez?
7. ¿Piensa que los créditos son malos o buenos?
8. ¿Al obtener un crédito piensa primero en una entidad bancaria?
9. ¿Prefiere obtener préstamos informales?
10. ¿Todos los créditos generan interés que se debe cancelar antes que el capital?

Deudas: rojo

1. ¿Qué es una deuda?
2. ¿Tiene deudas actuales en su vida?
3. ¿De qué manera es posible solventar una deuda?
4. ¿Cuál es la relación entre deuda y dinero?
5. ¿Usted ha tenido que vender alguna de sus propiedades para pagar una deuda?
6. ¿Suele endeudarse o deber dinero con facilidad?
7. ¿Cuando debe dinero, paga cumplidamente?
8. ¿Cuándo requiere endeudarse, es para cancelar otra deuda o para invertir en un negocio?
9. ¿Su familia en este momento está cancelando alguna deuda que sea suya?
10. ¿Piensa que las deudas estancan la evolución económica de una persona?
11. ¿Adquiere una deuda nueva para cubrir una deuda antigua?

Presupuesto: blanco

1. ¿Cuando hay un presupuesto establecido, es posible realizar una actividad recreativa a cualquier edad y en cualquier momento?
2. ¿Cuándo fue la última vez que realizó una actividad recreativa que estaba presupuestada?
3. ¿Usted crea un presupuesto con el dinero que tiene, para saber en qué gastar y cuánto guardar?
4. ¿Tiene a su cargo económico una o más personas?

5. ¿En qué le gusta gastar su dinero cuando se trata de divertirse?
    a) Fiestas
    b) Viajes
    c) Comida en restaurantes, centros comerciales…
    d) Ropa para usted
    e) Ropa para su familia
    f) Cine
    g) Casinos
    h) Conciertos
    i) Planes de amigos
6. ¿Tiene presupuestado donar su dinero a alguna fundación, iglesia, corporación o cualquier otro?
7. ¿Le gustaría pagar para afiliarse a una institución para el adulto mayor, por parte de la Secretaría de Cultura y Recreación?
8. ¿En su presupuesto está una inversión para estudiar?
9. ¿Usted le ha pagado educación a algún miembro de su familia?
10. ¿Qué beneficios trae pagar su propia educación o hacerlo con un miembro de la familia?
11. ¿Tiene alguna idea de cómo está subsistiendo su familia en este momento?
12. ¿Normalmente hacen algún tipo de presupuesto mensual en su familia?

Eventos inesperados: amarillo

1. Al final del mes cuando se deben pagar los servicios y nota que el dinero no le alcanza, ¿usted pide prestado a un "gota a gota", a un amigo o familiar, o prefiere trabajar más horas para obtener lo que le hace falta?
2. ¿Ha sufrido de algún accidente o enfermedad que lo tomara por sorpresa?
3. ¿Cuál debería ser la actitud frente a una problemática que no se espera?
4. ¿De qué manera impacta en la vida una calamidad doméstica?

5. ¿Le ha sorprendido en la actualidad algún evento que no tuviera contemplado?
6. ¿Con que herramientas cuenta para solucionar problemas futuros?
7. ¿Usted ha estado afiliado a un seguro en salud?
8. ¿Usted ha estado afiliado a pensión?
9. ¿Sabe por qué es necesario pagar un seguro de pensión?
10. ¿Considera que es necesario pagar un seguro en salud?
11. Supongamos que usted va por la calle, está lloviendo muy fuerte y además está nublado, lo cual no le permite visibilidad para ver los carros que vienen y necesita pasar la avenida, usted corre pero no alcanza a ver que una moto viene a alta velocidad y lo atropella lastimándole un brazo y una pierna. Usted ha tenido muchos gastos, no tiene un seguro de salud y además tiene que pagar un alto costo por la cirugía y los medicamentos. Los amigos que siempre le prestan dinero hace mucho tiempo que no sabe de ellos, los préstamos del banco no los dan rápido. Teniendo en cuenta que es su salud y que tiene que cancelar la cirugía de forma urgente, ¿usted qué haría?
12. ¿Sus familiares cuentan con algún seguro, en caso de accidentalidad?
13. ¿Usted cuenta con un salario mensual? ¿Qué haría si en algún mes del año no le cancelan su salario?
14. En caso de temblor o un evento sísmico, ¿tiene algún plan para continuar con su dinámica económica sin que esta se vea afectada?

Anexo 3. Fábula

La cigarra y la hormiga

La cigarra era feliz disfrutando del verano: el sol brillaba, las flores desprendían su aroma... y la cigarra cantaba y cantaba. Mientras tanto su

amiga y vecina, una pequeña hormiga, pasaba el día entero trabajando, recogiendo alimentos.

—¡Amiga hormiga! ¿No te cansas de tanto trabajar? Descansa un rato conmigo, mientras canto algo para ti —le decía la cigarra a la hormiga.

—Mejor harías en recoger provisiones para el invierno y dejarte de tanta holgazanería —le respondía la hormiga, mientras transportaba el grano, atareada.

La cigarra se reía y seguía cantando sin hacer caso a su amiga.

Hasta que un día, al despertarse, sintió el frío intenso del invierno. Los árboles se habían quedado sin hojas y del cielo caían copos de nieve, mientras la cigarra vagaba por el campo, helada y hambrienta. Vio a lo lejos la casa de su vecina la hormiga, y se acercó a pedirle ayuda.

—Amiga hormiga, tengo frío y hambre, ¿no me darías algo de comer? Tú tienes mucha comida y una casa caliente, mientras que yo no tengo nada.

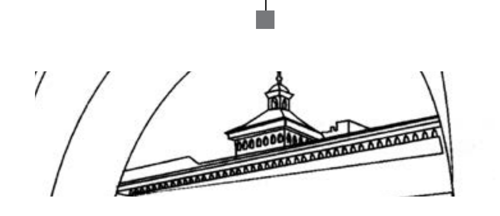
La hormiga entreabrió la puerta de su casa y le dijo a la cigarra:

—Dime, amiga cigarra, ¿qué hacías tú mientras yo madrugaba para trabajar? ¿Qué hacías mientras yo cargaba con granos de trigo de acá para allá?

—Cantaba y cantaba bajo el sol —contestó la cigarra.

—¿Eso hacías? Pues si cantabas en el verano, ahora baila durante el invierno. —Y le cerró la puerta, dejando fuera a la cigarra, que había aprendido la lección.

JEAN DE LA FONTAINE y FÉLIX MARÍA SAMANIEGO



Eje psicológico

Taller: Enfrenta tus miedos

El malestar psicológico es evidente en todos los PL, especialmente en temas relacionados con ansiedad, estrés y depresión ya que es un estado emocional que se presenta de forma frecuente debido a las condiciones de vida a las que se encuentran sometidos. En ese sentido, es importante ampliar la atención profesional al AM con el fin de mejorar su bienestar físico y psicológico no solamente dentro sino fuera de los establecimientos. Estas afirmaciones están apoyadas en lo descrito por autores como Abaunza *et al.* (2014, pp. 158-167), Godoy (2012, pp. 31, 63, 65, 66) y Castillo y Corrales (2010), y marcan un camino a seguir en relación con el tratamiento penitenciario de los AMPL en los ERON. De ahí la necesidad de hacer uso de las técnicas que la psicología pone al servicio para dar solución o reducir en buena medida problemáticas que tengan como principales mantenedores al estrés, la ansiedad o la depresión.

El objetivo del eje es brindar al AMPL un espacio de conocimiento sobre la importancia del control efectivo y la disminución de los niveles de depresión, estrés y ansiedad en el contexto carcelario y penitenciario.

También busca:

- Generar conocimientos básicos al adulto AMPL acerca de los factores que influyen con los altos niveles de ansiedad y estrés.
- Disminuir los niveles de ansiedad y estrés por medio de técnicas de relajación que ayudarán a mejorar la frecuencia respiratoria y por ende cardiaca de cada participante del taller.
- Disminuir los estados de depresión de los AMPL en pro de su bienestar psicológico.

Bases conceptuales del eje

La ansiedad es considerada una respuesta natural para el ser humano siempre y cuando la intensidad, duración y frecuencia de las crisis emocionales no se tornen excesivas (Bedini, 2013) que puede aparecer ante una situación amenazante y dadas las condiciones del internamiento de AMPL en las prisiones del país, no es exagerado pensar que en estos individuos esas

respuestas se presenten con mayor frecuencia que en la población general, bien sea en momentos como el ingreso al establecimiento carcelario, los cambios de patios o actividades cotidianas que limiten el control que puedan tener de ellas. Si se parte de lo afirmado por la asociación española en estudios sobre la ansiedad y el estrés, citado por Bedini (2013), se consideran tres niveles de la ansiedad: cognitivo-subjetivo (vivencia), fisiológico (signos y síntomas corporales) y motor (comportamiento), estos tres procesos deben ser los puntos en los que sea centrada la atención cuando se pretenda realizar abordajes con AMPL, como se demostró en el trabajo de Sierra, Rodríguez y López (2012), quienes desarrollaron una investigación orientada a un programa de actividad física sobre los niveles de ansiedad en AMPL evidenciando la disminución en los niveles de ansiedad del grupo experimental, la cual dio como estrategia de intervención positiva que el hecho de aplicar programas de actividad física permite que la estadía de estas personas en prisión sea más llevadera evitándose así complicaciones a nivel físico y psicológico. Además de dicho programa, existen terapias y herramientas que se pueden utilizar como mecanismo en pro de la calidad de vida del AMPL.

En cuanto a la depresión, esta es entendida como un trastorno del estado de ánimo, que se traduce en un estado de decaimiento y claudicación psicológica y biológica de la persona que se manifiesta a través de síntomas psíquicos (desinterés, tristeza, desmoralización, disminución de la autoestima...) y somáticos, pudiéndose presentar en forma de pérdida del apetito, disminución del peso corporal, astenia, alteraciones del sueño con periodos de insomnio y de somnolencia, entre otros (González, 1992). Se puede afirmar que es uno de los estados psicológicos que ha presentado mayor desarrollo tanto en la investigación de sus causas como en su tratamiento, siendo los modelos cognitivos los de mayor eficacia. Para Vázquez, Hervás, Hernangómez y Romero (2010, p. 31), elementos como la educación, la pobreza y el abuso emocional o físico, generan estructuras de pensamiento denominadas “esquemas cognitivos”, que son determinantes en las formas en que se procesa la información. Estos esquemas pueden contribuir a la aparición de los primeros episodios depresivos, y el que estos episodios sucedan en conjunto con eventos estresantes

aumenta la posibilidad de que se repitan a lo largo de la vida. Dadas las condiciones del internamiento de los AMPL descritas en el párrafo anterior y dependiendo de las experiencias previas en las historias de vida, puede entenderse como inminente y casi cotidiana la presencia de estados de ánimo negativos que afectan a estos internos en sus pensamientos, emociones y conductas, con el aumento en la probabilidad de llevar a cabo actos autolesivos, incluso con la intención de acabar con su vida. Estas son razones suficientes para entender la magnitud que tiene el desarrollo de estrategias para el manejo adecuado de los procesos que intervienen en la depresión y que deben formar parte del repertorio de aprendizajes del AMPL, producto del tratamiento penitenciario.

Como alternativa a los estados de ansiedad y depresión se encuentra la terapia de activación conductual como una de las estrategias de tratamiento que se encuentra ampliamente soportada por la evidencia empírica de su efectividad (Jarrod & David, 2012) y cuyos principios y utilidades en la vida cotidiana son descritos de manera clara por Maero (2015). A este respecto, el autor menciona que la activación conductual tiene como finalidad encontrar la mejor manera de cambiar las acciones para vivir la vida que se quiere, basado en unos principios como el monitoreo diario de conductas que ayuda a ver con claridad patrones de acción en general, la ejecución de acciones o elecciones de acuerdo con lo que es importante para la persona, plantear cambios en las conductas que impliquen poco o un mínimo esfuerzo, descomponer las grandes metas de cambio en pequeños objetivos o acciones, y finalmente organizar las acciones y hacerlas públicas especialmente en contextos que ofrezcan reforzadores naturales como la familia, el trabajo o el grupo de amigos o compañeros.

Sesión 1: Psicoeducación

Tema: Factores que influyen en el aumento de estados de ansiedad y estrés del AMPL.

Objetivo: Generar conocimientos básicos al AMPL acerca de los factores que influyen con los altos niveles de ansiedad y estrés.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	5 min.
2. Normas de convivencia	2 min.
3. Actividad rompe hielo: Numerales	10 min.
4. Dinámica: Conociendo diversos temas (explicación del concepto)	25 min.
5. Cierre (retroalimentación)	10 min.
6. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Numerales

Se pegarán 15 números en el tablero o pared de diferentes colores (en cartulina), cada uno tiene una pregunta que debe responder o una acción que tiene que realizar el participante (con un turno). La persona tendrá que acercarse, escoger un número, retirarlo y leer en voz alta qué pregunta le salió, y posteriormente responderla en frente de sus compañeros (hay preguntas o acciones que se repiten).

Números

1. ¿Qué expectativas tiene del taller?
2. ¿Quién es el amigo o compañero con el que más se relaciona?
3. Salude a su compañero del lado y pregúntele si durmió bien.
4. ¿Hace cuánto está estresado?
5. ¿Qué estrategia usa para relajarse?
6. ¿Cómo reacciona frente al miedo?
7. Salude a su compañero(a) de la derecha con el pie. Y dígale “hola, buenos días/tardes, cómo amaneció, pudo dormir, me alegra poderlo(a) saludar el día de hoy”.

8. ¿Qué hace en su tiempo libre?
9. Dígale a su compañero de la izquierda “usted me cae muy bien” con gestos o señales físicas.
10. Pregúntele a cualquier compañero(a) ¿qué hizo ayer? Y su compañero(a) tendrá que responder haciendo una mímica, es decir, sin hablar. La persona que preguntó tendrá que interpretar la mímica con ayuda de sus compañeros (1 minuto para responder).
11. ¿Cuáles cree que son los síntomas de una persona cuando está triste?
12. ¿Qué hace en su tiempo libre?
13. ¿Qué hace cuando está estresado?
14. ¿Le encuentra sentido al castigo?
15. ¿Cómo piensa que se puede corregir un comportamiento indeseable?

El objetivo de la actividad es generar un ambiente asertivo y de participación, además de conocer por parte de los participantes temas que se relacionan con los conceptos propios a trabajar en esta sesión.

Dinámica: Conociendo diversos temas (explicación del concepto)

En mesa redonda el profesional preguntará de manera general ¿qué entienden por cada una de las palabras del glosario? y posteriormente realizará la retroalimentación que se encuentra a continuación.

Actividad 1

Dar una breve explicación del significado de las siguientes palabras:

Ansiedad: La ansiedad es un estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo (*Diccionario Real Academia Española*, 2016).

Estrés: Tensión provocada por situaciones agobiantes o incomodas que originan reacciones en el cuerpo o trastornos psicológicos a veces graves (*Diccionario Real Academia Española*, 2016).

Comportamiento: Acciones que emiten las personas (*Diccionario Real Académica Española*, 2016).

Hiperventilación: Aumentar en exceso la frecuencia y la intensidad respiratorias (*Diccionario Real Académica Española*, 2016).

Taquicardia: Frecuencia excesiva del ritmo de las contracciones cardíacas (*Diccionario Real Académica Española*, 2016).

Sistema nervioso central: Está conformado por el cerebro y médula espinal que controlan todas las funciones del cuerpo.

Actividad 2

Explicación desde los tres niveles de ansiedad Bedini (2013): cognitivo (vivencias), fisiológico (signos y síntomas) y motor (comportamiento).

Nota: Antes de explicar los niveles de ansiedad es importante que los participantes se ubiquen en mesa redonda para socializar a través de sus vivencias personales los síntomas desde los tres niveles de ansiedad. Esta actividad se hace de manera general (quien desee levantar la mano y participar) y posteriormente se retroalimenta y complementa con la información que se encuentra a continuación.

- *A nivel cognitivo-subjetivo*: En este nivel las personas sienten Irritabilidad, preocupación por alguna situación, alarma exagerada, sensación de falta de control, miedo, inseguridad, adicciones (pensamientos recurrentes).
- *A nivel fisiológico*: Las personas presentan síntomas relacionados con el sistema nervioso autónomo (aumento de latidos cardíacos,

alteraciones de la presión arterial, de respiraciones, náuseas, vómitos, irritación gástrica, aumento o pérdida de apetito, hipersudoración).

Siguiendo en el nivel fisiológico, es importante darles a conocer los aspectos tratados a continuación.

Según Durán (2013), el miedo es el principal síntoma que alimenta la ansiedad, el estrés y la depresión, y por consiguiente altera el sistema nervioso central, que se encarga de conectar tu cuerpo por medio de un sistema de comunicaciones (y es el que provoca los síntomas de ansiedad), una red de células más conocidas como neuronas.

Este autor también señala que el sistema nervioso consta de dos elementos principales: el sistema nervioso central, que incluye el cerebro y la médula espinal, y el sistema nervioso periférico, que incluye las fibras nerviosas que se envían desde los nervios craneales y la médula espinal a todas las partes del cuerpo, incluyendo los órganos.

La información se transmite desde el sistema nervioso periférico al sistema nervioso central y viceversa, por medio de la actividad eléctrica entre las células. Dentro del sistema periférico existen dos partes: el sistema somático, que es el que está bajo control voluntario (ejemplo: abrir y cerrar los ojos, apretar el puño, etc.) y el sistema nervioso autónomo, que es el que está bajo control consciente, es decir, los impulsos hacia y desde los órganos y las glándulas. Este sistema (autónomo) se divide en sistema simpático, que es el responsable de generar la actividad causada por el gasto de energía, y el parasimpático, que se ocupa de la conservación y restauración de la energía en el cuerpo, es decir, es el causante de mantener el balance, armonía y bienestar del individuo (Durán, 2013).

- *A nivel motor*: Hiperactividad, evitación de la situación temida, temblores, llanto, etc.

Actividad 3

Juego de rol

Los integrantes del taller tendrán que formar grupos de 5, cada grupo tendrá que planear una situación y dramatizar los síntomas que cree que se evidencian a nivel motor, cuando una persona se encuentra altamente ansiosa o estresada. Al finalizar toda la actividad el profesional complementa cada caso con conductas que quizá faltaron en el caso y que son notorias cuando una persona se encuentra ansiosa o estresada. También se realizan observaciones acerca de otras conductas que es probable que emitan como (hiperventilar), tratando de explicar la diferencia ya que la hiperventilación pertenece al nivel fisiológico.

Tarea: Sopa de letras para entregar en la próxima sesión relacionado con lo visto en la sesión de hoy (anexo 1. Sopa de letras).

Objetivo de la tarea: Recordar los temas vistos en la sesión por medio de palabras clave que le permitan memorizar la información, ya que esta será útil para el desarrollo de las siguientes sesiones.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 2: Relájate y deja ir tus miedos

Tema: Técnicas de relajación (respiración diafragmática).

Objetivo: Disminuir los niveles de ansiedad y estrés por medio de técnicas de relajación que ayudarán a mejorar la frecuencia respiratoria y por ende cardiaca de cada participante del taller.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
Saludo de bienvenida y presentación	2 min.
Normas de convivencia	2 min.
Actividad rompe hielo: Marineros	10 min.
Dinámica: Conocer es saber (explicación del concepto)	15 min.
Dinámica: Pez globo (ejercicio práctico)	15 min.
Cierre (retroalimentación)	1 min.
Aplicación encuesta de satisfacción	15min.

Actividad rompe hielo: Marineros

Es una actividad que se realiza con un capitán (profesional), este da la orden y los marineros que son los integrantes del taller hacen lo que su capitán les solicite. La frase que se utiliza es: Capitán: Marineros; —Marineros: A la orden, mi capitán; —Capitán: El barco se está hundiendo; —Marineros: ¡Uy!, qué miedo; —Capitán: Para eso tienen que…

Posibles ejercicios físicos

- Hacer 6 sentadillas
- Correr hasta la pared, tocarla con la nariz y devolverse
- 10 movimientos repetitivos de hombros (cantar una canción mientras se realiza)
- 10 saltos
- 3 gestos faciales que muestren algún tipo de emoción

El objetivo de la actividad es disminuir la ansiedad. Ya que está correlacionado con la actividad física. Sin embargo, lo que se busca es que al momento de dar la orden, el profesional como capitán solicite que hagan ejercicios físicos teniendo en cuenta las condiciones físicas y ambientales en las que se encuentran los participantes.

Dinámica: Conocer es saber (explicación del concepto)

García, Fuste y Bados (2008) presentan un manual de entrenamiento de respiración. El manual está establecido según se mostrará a continuación.

Nota: El profesional va a explicar la definición de cada tema relacionado con la respiración diafragmática, resolviendo dudas en la participación de los integrantes del taller.

Respiración

Es una de las funciones principales de los seres vivos. Gracias a ella obtenemos el oxígeno, el cual es un elemento fundamental para poder obtener la energía que necesitamos. "Respirar de forma correcta ayuda a mejorar el funcionamiento de nuestro cuerpo".

¿Por qué es importante inspirar por la nariz?

Cuando inspiramos, el aire entra por las ventanas de la nariz. Estas ventanas están tapizadas por una membrana mucosa que calienta el aire, lo humedece y retiene las pequeñas partículas perjudiciales.

¿Qué es el diafragma y qué papel tiene en la respiración?

El diafragma es un músculo que separa la cavidad torácica de la cavidad abdominal, el diafragma se contrae y pasa a tener una forma más plana. Esto permite que la cavidad torácica aumente de volumen y entre el aire en los pulmones. Cuando el diafragma se relaja, presiona los pulmones y el aire es expulsado al exterior.

Sobrerrespiración

¿Cómo respiramos cuando estamos en situaciones de activación?

Una de las consecuencias de la sobreactivación es la hiperventilación o sobrerrespiración que puede producirse de diversas formas: Respirar demasiado rápido, respirar demasiado profundamente, tomar grandes bocanadas de aire.

Estos comportamientos provocan una serie de reacciones que pueden percibirse como desagradables, por ejemplo, calambres, sensación de calor/frío, palpitaciones, temblor, sensación de ahogo, entre otras.

Hipoventilación

Muchas personas respiran de forma incorrecta, y aunque no estén especialmente nerviosos toman poco aire.

¿Qué ocurre cuando tomamos poco aire?

Cuando la cantidad de oxígeno que llega a los pulmones no es suficiente, pasan dos situaciones:

a) La sangre no puede purificarse adecuadamente y los productos de desecho "intoxican" lentamente nuestro organismo.
b) La sangre no puede oxigenarse correctamente y nuestros órganos no obtienen la energía necesaria para funcionar de manera adecuada. Esto puede aumentar los estados de ansiedad, promover la fatiga y hacer que una situación estresante sea más difícil de superar.

Dinámica: Pez globo (ejercicio práctico)

Paso 1. Sentarse cómodamente, cerrar los ojos y colocar la mano sobre el abdomen con el dedo meñique justo encima del ombligo, el abdomen debe elevarse con cada inspiración, al espirar el abdomen vuelve a su posición original. También puede serle útil intentar presionar el "cinturón" con el abdomen al inspirar. Recuerde que se trata de llevar el aire hasta la zona final de los pulmones, no de tomar mucha cantidad de aire.

Si le es necesario, puede colocar un libro pequeño sobre su abdomen y comprobar cómo sube y baja su estómago.

Paso 2. Inspirar por la nariz y espirar por la boca. Si existe algún problema que impida inhalar por la nariz, puede hacerlo por la boca, pero sin abrirla demasiado.

Paso 3. Inspirar por la nariz durante 3 segundos utilizando el diafragma, espirar por la nariz o por la boca durante 3 segundos y hacer una pausa breve antes de volver a inspirar. Puede ser aconsejable que se repita mentalmente y de forma lenta la palabra "calma" o "tranquilo". Recuerde que las inspiraciones no deben ser demasiado profundas"

Y realizar el ejercicio en repetidas ocasiones.

Fuente: El resumen anterior fue recuperado del manual práctico de García, Fuste y Bados (2008).

Tarea: Como tarea se espera que el participante del taller practique lo aprendido durante la sesión y piense cómo puede vincularlo a su diario vivir (rutina diaria) para socializarlo a sus compañeros en la próxima sesión.

Objetivo de la tarea: Implementar los aprendizajes obtenidos en su rutina diaria.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 3: Domino mi tristeza y busco mi felicidad

Tema: Depresión. Conceptualización teórica e intervención práctica del tema.

Objetivo: Disminuir los estados de depresión de los AMPL en pro de su bienestar psicológico.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
Saludo de bienvenida y presentación	2 min.
Normas de convivencia	5 min.
Actividad rompe hielo: Obsérvame	5 min.
Dinámica: ¿Qué quieres saber acerca de la depresión? (explicación del concepto)	10 min.
Dinámica: Mi nueva rutina diaria (ejercicio práctico)	10 min.
Dinámica: La Metáfora (explicación del concepto)	10 min.
Cierre (retroalimentación)	3 min.
Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Obsérvame

Se ubica a los integrantes del taller uno frente a otro en dos líneas paralelas. Se les da 30 segundos para mirarse muy bien y observar detalles. Se dan la espalda y cambian algún detalle (ponerse o quitarse las gafas, una correa, la camisa, dibujarle un lunar). Se busca que encuentren qué cambió su compañero o compañera. El objetivo de la actividad es generar un espacio de recreación para optimizar el tiempo libre y motivar a los participantes del taller a ejercitar la memoria por medio de la actividad.

Dinámica: ¿Qué quieres saber acerca de la depresión? (explicación del concepto)

Establecidas las técnicas implementadas en la sesión anterior, se procede a realizar una sesión con el tema de depresión.

Nota: Se organiza a los integrantes del taller en mesa redonda para que el profesional inicie explicando la parte teórica con relación a la depresión, presentada en el apartado "bases conceptuales del eje".

Dinámica: Mi nueva rutina diaria (explicación del concepto)

Dada la información anterior es importante que:

- El individuo aprenda a observar su propio comportamiento, sus consecuencias, y a partir de ello desarrollar un plan de actuación.
- Se trata de enseñar al individuo a ser observador y actor de su propia vida.
- El profesional es activo, guía el proceso, pero no es quien da instrucciones o dice qué hacer.

Entonces, se solicita a cada persona que socialice la tarea asignada con anterioridad para observar cómo se establecieron sus nuevos horarios de rutinas (incluyendo rutinas comunes del establecimiento desde que se levantan hasta que se acuestan). El participante del taller tiene que recordar la importancia de aplicar los ejercicios de respiración en su diario vivir, con el fin de modificar sus hábitos y mejorar su calidad de vida (tener en cuenta las condiciones personales, el contexto en el que se encuentran y la accesibilidad de elementos que necesitan).

Ejemplo

Rutina diaria
Me levanto
Hacen conteo
Me baño
Desayuno
Practico respiración
Leo
Almuerzo
Tomo una siesta
Hago ejercicio físico
Hacen conteo
Juego ajedrez
Cuento historias con amigos
Me acuesto a dormir

Se realiza la respectiva retroalimentación teniendo en cuenta las técnicas de activación conductual (Maero, 2015). Es importante explicarle a los participantes del taller los beneficios de las actividades que incluyeron en su rutina diaria.

Ejemplo:

Ejercicio físico: Las personas que incluyeron el ejercicio físico a su rutina, les beneficia porque mejoran su calidad de vida, mejoran la circulación, la presión sanguínea, ocupan su tiempo libre (sienten que el tiempo pasa más rápido), la apariencia física se recupera.

Juegos mesa: Ocupan su tiempo libre, mejoran sus niveles de atención.

Respiración diafragmática: Ayuda a mejorar los niveles de ansiedad-estrés cuando estén en una situación incómoda. Además, como se vio anteriormente, oxigena los órganos del cuerpo y logra un mejor funcionamiento de este.

Dinámica: Metáfora (explicación del concepto)

Se le pedirá a un integrante del grupo que lea la metáfora pausadamente y de forma vocalizada. Luego se hace retroalimentación de cada metáfora.

1. *Metáfora de la gárgola*, como aparece en Moix (2006, p. 119) citando a Otto (2000):

> Imagínate que te sientes desanimado, triste,… y un día te das cuenta de que llevas una gárgola en tu hombro. Como las gárgolas son de piedra, esta gárgola te pesa mucho, te hunde y te dificulta moverte para realizar cualquier tipo de actividad. Pero además, esta gárgola habla y te está susurrando constantemente al oído. Pero es fría, dura y no tiene corazón, así que los mensajes que te da son siempre negativos, humillantes, te culpabiliza por todo. Si te encuentras mal, la gárgola

te dice que te sentirás siempre así, y lo peor es que crees todo lo que te susurra y te hace sentir cada vez peor. Será imposible no escucharla, pero si aprendes a identificar cuáles son sus mensajes, sabrás que son opiniones de la gárgola, y dejarás de creer en ellos. La gárgola gritará más para convencerte, pero con el tiempo, si no se siente escuchada tal vez se marche de tu hombro.

Interpretación 1

El profesional hará una serie de preguntas respecto a la metáfora 1:

- ¿Qué creen que puede ser la gárgola cuando la comparan con su vida real?
- ¿Quiénes tienen o han tenido gárgolas en su hombro?
- ¿Creen que es necesario no ponerle atención para que se marche de su hombro?
- ¿Por qué es importante que la gárgola no sea escuchada?

2. *Metáfora del autobús*

Imagina que eres el conductor de un autobús con muchos pasajeros. Los pasajeros son pensamientos, sentimientos y recuerdos, y en una parada suben unos que tienen muy mala pinta. Mientras conduces hacia tu destino, quieres girar, pero los pasajeros desagradables te gritan y te dan órdenes: "Sigue recto", "acelera y ve más rápido"… Y si no les haces caso, te insultan, se burlan y te hacen sentir mal. Como quieres que se callen, haces lo que te piden. Así se calman, y te dejan conducir, aunque pierdas un poco la ruta por la que querías ir. Pero cada vez que quieres volver a recuperar tu camino, vuelven a molestar, y amenazan incluso a otros pasajeros, así que decides echarlos del autobús. Pero no puedes, discutes con ellos, y mientras tanto, el autobús está parado. Los pasajeros son muy fuertes, y como no los puedes hacer bajar, vuelves resignado a tu asiento y conduces por donde ellos quieren para evitar que molesten. Crees que así no te harán sentir mal

y casi sin darte cuenta, empiezas a justificar tu nuevo camino, como si fuese la única dirección posible. Parece que esos pasajeros desagradables pueden hacer mucho daño, pero intentando controlarlos, has perdido la dirección del autobús y te alejas cada vez más de tu destino. Los pasajeros molestos no tienen el volante pero guían el autobús. Recuerda que el conductor eres tú, acepta que algunos pasajeros van a molestar si sigues tu camino, pero si ven que sus amenazas no funcionan terminarán callando, o quizás no, pero lo importante será que tú decidas por donde ir y que consigas llegar a donde tú querías, a tu meta. Fuente: www.sentirmejor.com/la-metafora-del-autobus/

Interpretación 2

Al igual que en la interpretación de la anterior metáfora, el profesional realiza una serie de preguntas para interpretar la lectura:

- ¿A quiénes les ha pasado la historia del conductor?
- ¿Cómo podrían ejemplificar situaciones reales de esta metáfora?
- ¿Qué tipo de pasajeros han tenido?
- ¿Pueden lograr conducir el autobús de forma correcta y que ustedes mismos decidan por donde ir hasta llegar a la meta, a pesar de tener pasajeros molestos?

Se realiza la retroalimentación a partir de la importancia del uso de metáforas. Se considera que las metáforas ayudan a que la persona se distancie del contexto que envuelve las situaciones problemáticas y a que dejen de luchar contra sus pensamientos y se centren en su conducta, sentimientos, sensaciones y emociones. Fuente: naturalmentepsicologia.wordpress.com/2012/11/22/las-metaforas-en-la-psicologia/

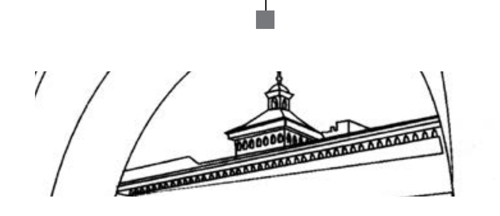
Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Anexo. Sopa de letras

g	d	i	a	f	r	a	g	m	a	s	x	e	o
s	f	a	n	a	e	z	i	n	s	i	a	s	a
o	y	i	n	t	s	g	b	a	p	s	o	t	i
n	v	l	o	s	p	o	a	l	i	t	d	r	d
a	b	a	l	f	i	n	l	b	r	e	a	e	r
g	f	e	d	x	r	e	u	v	a	m	d	s	a
r	c	w	o	p	a	z	d	e	r	a	i	j	c
o	p	r	e	u	c	m	e	a	l	n	r	r	i
q	k	a	j	a	i	r	m	e	d	e	u	a	u
n	o	z	a	r	o	c	u	a	v	r	g	r	q
y	b	i	y	p	n	z	j	d	o	v	e	i	a
c	e	r	e	b	r	o	n	i	t	i	s	p	t
l	z	s	a	n	o	r	u	e	n	o	n	s	k
i	s	n	s	a	m	o	t	n	i	s	i	n	g
b	i	e	n	e	s	t	a	r	z	o	k	i	ñ

Palabras

- Diafragma
- Órganos
- Ansiedad
- Bienestar
- Respiración
- Aspirar
- Médula
- Sistema nervioso
- Inseguridad
- Estrés
- Taquicardia
- Cuerpo
- Inspirar
- Corazón
- Cerebro
- Síntomas



Eje Psicológico

Taller: “Filtros para entender y aprender del medio que te rodea”

El ciclo vital de un ser humano no finaliza cuando llega a la etapa de la tercera edad o adulto mayor, nombre con que actualmente se le conoce. Por el contrario, en dicha etapa se experimentan cambios físicos y psicológicos propios de un proceso que está mediado por la interacción entre el sujeto, el entorno y la cultura (Gión, Pérez, & Navarro, 2011, pp. 265-275). Estas variables son determinantes en el desarrollo de la persona, ya que pueden influir bien como factores protectores o de riesgo para la calidad de vida del AM.

El AM, por naturaleza, experimenta cambios propios de su edad, por ello requiere cuidados especiales, los cuales pueden verse modificados al estar privado de la libertad, razón por la cual es relevante diseñar y ejecutar actividades que mitiguen el impacto que puede causar la prisionización. En relación con este aspecto, el contenido del siguiente taller está dirigido a psicoeducar a los AM en funciones ejecutivas relacionadas con la memoria, la atención y el lenguaje, procesos psicológicos que se ven afectados por el envejecimiento y que producto de la reclusión, como lo afirman Abaunza *et al.* (2014, pp. 141-150), pueden acelerarse o representar obstáculos para que esta población responda adecuadamente a la integración social positiva.

El objetivo del eje es brindar conceptos, significados y tópicos sobre funciones ejecutivas (procesos básicos), relacionadas con la memoria, la atención y el lenguaje a través de espacios psicoeducativos, como parte de la intervención que vincula efectos producidos por el envejecimiento en los AMPL y su proceso de prisionización.

También se busca

- Promover distintas estrategias psicológicas estimulando el proceso psicológico de la memoria, como elemento necesario para la recopilación, codificación y evocación de la información
- Conceptualizar y estimular el proceso psicológico de la atención, como elemento necesario para la concentración y el aprendizaje

- Brindar diversas estrategias psicológicas que permitan conceptualizar el proceso psicológico del lenguaje, como medio de expresión facilitador en la vida diaria del AMPL

Bases conceptuales para el eje

Las funciones cognitivas superiores son las encargadas de gestionar el proceso de memoria, lenguaje, percepción y habilidades motoras que regulan los procesos necesarios para la adaptación social, las destrezas cognitivas y comportamentales necesarias para la interacción social efectiva, por lo que se entiende la necesidad de atención e intervención en estos procesos psicológicos en AMPL, dadas las condiciones del internamiento, el momento del ciclo vital en el que se encuentran y en general las necesidades de intervención específica para prevenir la reincidencia o para disminuir los efectos negativos que vengan con la prisionización (Abaunza *et al.*, 2014, p. 257).

Partiendo de lo expuesto, en el desarrollo de las sesiones incluidas en el taller es necesario precisar conceptos como memoria, atención y lenguaje, en tanto son estos los procesos cognitivos que se busca conocer y potenciar en los AMPL que participen.

En relación con la memoria, esta se define, según Ruíz, Ávila y Fortoul (2009, p. 19), como una destreza mental que retiene y recuerda informaciones y situaciones del pasado. La memoria es la que permite que podamos evocar información obtenida del medio a través de los sentidos, es por ello que posee una estructura organizada de acuerdo al tiempo de permanencia del estímulo recibido luego de la exposición sensorial.

Los tipos de memoria de acuerdo al tiempo de permanencia de la información son explicados en el modelo de Atkinson y Shiffrin citados en Ruíz *et al.* (2009, pp. 20-22), donde plantean tres componentes en la estructura de la memoria: la memoria sensorial, la memoria a corto plazo y la memoria a largo plazo. En la siguiente tabla se definen cada una de ellas.

Tabla 1. Estructura de la memoria

Memoria sensorial	Memoria a corto plazo	Memoria a largo plazo
Es aquella que registra a través de los sentidos (gusto, olfato, oído, tacto, vista) la información proveniente del medio exterior, aquella que no es potencialmente significativa es descartada y olvidada, mientras que la relevante es filtrada y llevada a la siguiente estructura.	La información que ha sido filtrada por la atención se codifica y se almacena temporalmente, para que esta se convierta en permanente, debe hacerse uso del repaso para que sea retenida por mayor tiempo. Aun así, el un espacio de almacenamiento en esta estructura es limitado.	Para que la información sea retenida en esta estructura se requiere de mayor tiempo y esfuerzo, ya que depende de otros procesos como la atención y es susceptible a olvidos. El espacio de almacenamiento en esta estructura es ilimitado, y la información puede ser evocada de acuerdo a las necesidades del sujeto

Fuente: elaboración de los autores con base en Ruíz, Ávila y Fortoul (2009) y Gión, Pérez y Navarro (2011).

La memoria requiere de tres fases o procesos, que contribuyen con las estructuras de esta. Dichos procesos se conocen como codificación, almacenamiento y recuperación, estas etapas son interdependientes y del óptimo funcionamiento entre ellas depende el buen funcionamiento de la memoria.

La memoria como estructura y como proceso, también debe ser entendida por contenidos. Los contenidos de la memoria, para Gión, Pérez y Navarro (2011, pp. 265-275), están divididos en dos: el de procedimientos, que son aquellos que implican actividad sensorial motora aprendida a través de la práctica, como por ejemplo montar bicicleta; este, a su vez, involucra la memoria implícita que hace referencia al "saber hacer/cómo". El otro es la memoria declarativa, que se refiere a la descripción del contexto entendido como el "saber qué". Este tipo de memoria está organizada en una red jerárquica, que representa todo tipo de información que pueda ser accesible y verbalizable; incluye la memoria semántica, que corresponde a los significados y la relación entre conceptos, y la memoria episódica, que es aquella que permite situar y organizar las experiencias en un tiempo y espacio (Gión, Pérez & Navarro, 2011; Ruíz, Ávila & Fortoul, 2009, p. 35).

Este proceso cognitivo tiene gran relevancia a la hora de proponer un programa de tratamiento penitenciario, ya que según Redondo (2008) "cada nueva secuencia experiencial constituye un nuevo aprendizaje del individuo que la vive, que puede reestructurar la memoria acumulada de

su historia cognitivo-emocional y alterar sus preferencias y opciones de conducta futura", y para este mismo autor su abordaje es una de las finalidades del tratamiento psicológico para delincuentes, ya que a través de nuevos aprendizajes las personas privadas de la libertad pueden mejorar su calidad de vida, en lo posible alejadas de la vida criminal.

La atención, de manera muy general, puede ser considerada como un filtro que ayuda a dirigir nuestros recursos mentales sobre algunos aspectos del medio (Ballesteros, 2002, p. 49), mediado por la importancia que tengan esos estímulos por la intensidad o por la posibilidad para determinar cuáles de las acciones son más adecuadas en cada situación. La atención permite el control sobre lo que se percibe, sobre cómo se procesa esa información y cómo se actúa. Además de lo anterior, es necesario orientar de forma adecuada el proceso atencional como lo describieron Marrón, Blázquez, Galpasoro y González (2009, p. 57), quienes basándose en lo propuesto por Sohlberg y Mateer (tabla 2) proponen que a través de estos tipos de atención se adquieren los estímulos sensoriales que posteriormente serán traducidos en información apta para ser almacenada en la memoria.

Tabla 2. Tipos de atención

Tipo de atención	Definición
Atención focal	Es la habilidad para enfocar la atención en un estímulo específico
Atención sostenida	Capacidad para mantener una respuesta de forma consiente durante un tiempo prolongado
Atención selectiva	Capacidad para seleccionar un estímulo, entre varias posibilidades, inhibiendo la atención hacia otros estímulos mientras atiende a otros
Atención alterante	Capacidad que permite cambiar el foco de atención entre actividades que implican requerimientos cognitivos diferentes, controlando el procesamiento de información
Atención dividida	Capacidad para atender a dos cosas al mismo tiempo, así como seleccionar más de un estímulo o proceso al cual responder

Fuente: tomado de Marrón, Blázquez, Galpasoro y González (2009).

En la edad tardía, algunos tipos de atención se ven alterados, como por ejemplo la atención sostenida, la atención dividida y la atención selectiva en comparación con personas de edad menor (Gión *et al.*, 2011).

Finalmente, se debe hablar sobre el lenguaje, pensado como un vehículo de comunicación que le permite al sujeto verbalizar la información que ha obtenido del medio a través de los sentidos y que ha almacenado en las estructuras de la memoria. Se puede entender que para la especie humana el lenguaje tiene entre sus principales funciones, la de permitir la interacción entre los individuos mediante el uso de códigos, por cuanto se convierte en un facilitador de las conductas sociales. En relación con esta afirmación, Kolb y Whishaw (2006, p. 493) exponen la existencia de una teoría que define al lenguaje como la combinación de la capacidad de categorizar, la capacidad de clasificar esas categorías, la de organizar cronológicamente las conductas y la capacidad para imitarlo.

Sesión 1: Recopila, almacena y evoca

Tema: La memoria como proceso básico.

Objetivo: Promover distintas estrategias psicológicas para estimular el proceso psicológico de la memoria, como elemento necesario para la recopilación, codificación y evocación de la información.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	5 min.
2. Normas de convivencia	5 min.
3. Actividad rompe hielo: Parejas de colores	5 min.
4. Dinámica: Recuerda y forma la secuencia (explicación del concepto memoria)	10 min.
5. Dinámica: Organiza y evoca la palabra (explicación del concepto tipos de memoria)	10 min.
6. Cierre (retroalimentación)	10 min.
7. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Parejas de colores

Se ubican los participantes en un círculo de tal forma que todos se puedan ver, luego se les pide que tomen un papel de color, se les indica que cada color corresponde a una pregunta que debe responder cuando el profesional saque el mismo color de su propia bolsa. (Previamente, se realizan pequeños papeles de colores, dos por cada color, de tal forma que uno de los papeles sea tomado por los participantes y el otro por el profesional a cargo de la actividad. En el papel que le corresponde al profesional estará escrita una pregunta, la cual debe responder el participante que tenga ese mismo color de papel).

Las preguntas a responder son:

- ¿Cuál es su color favorito?
- ¿Qué deporte le gusta?
- ¿Cuál es su música favorita?
- ¿Diga el nombre de un cantante famoso que recuerde?
- ¿Cuál es su *hobbie* o actividad favorita?
- ¿Cuál es el nombre de su mejor amigo?
- ¿Cuál es su animal preferido?

Con la actividad "Pareja de colores" se busca generar un ambiente de confianza y participación entre los profesionales y los AMPL participantes del taller.

Dinámica: Recuerda y forma la secuencia (explicación del concepto memoria)

Se imprimen diversas figuras del tamaño de media hoja carta, se sacan al menos dos copias por paquete de figuras. Se recortan y se dejan por separado (anexo 1. Figuras).

Para iniciar la actividad se les solicita a los participantes que conformen grupos de 5 personas (el número de integrantes depende de la cantidad de participantes), a cada grupo se les da un paquete de figuras,

se les indica que el profesional que dirige la actividad va a formar una secuencia con esas figuras. Tienen un tiempo de 30 segundos para observar la secuencia, luego de ello se quita y se les pide que repliquen la secuencia observada, para ello cuentan con otros 30 segundos.

En total, se realizan cuatro secuencias en un lapso de 5 minutos, en el tiempo restante se les explica a los AMPL que la actividad realizada requiere de una habilidad cognitiva llamada memoria, a partir de la cual se obtiene, almacena y recupera la información proveniente del medio ambiente. Con la dinámica "Recuerda y forma la secuencia" se pretende dar a conocer a las personas privadas de la libertad el concepto de memoria.

Dinámica: Organiza y evoca la palabra (explicación del concepto tipos de memoria)

En cartulina de colores se escriben varios refranes, un refrán por color, luego se recorta la frase quedando fragmentada, se realizan tres refranes por grupo de trabajo, de esta forma se les indica a los participantes (anexo 2. Refranes).

A los grupos previamente conformados, se les entregaran tres refranes que se encuentran en desorden, por grupo deben armar cada refrán, para ello tienen máximo 3 minutos, una vez tengan los refranes ordenados se les indica a los participantes que en cada frase hay una palabra en cursiva, se le pregunta a cada grupo cuáles palabras tiene. Luego de que todos participen, se le pregunta al azar a un participante cuáles fueron las palabras dichas por X grupo, para esta parte de la actividad se cuenta con 7 minutos aproximadamente.

Después de preguntar a algunos participantes, se retroalimenta la actividad con base en lo explicado en las bases conceptuales para el eje, con respecto a la memoria. Con la dinámica "Organiza y evoca la palabra" se busca ejercitar la memoria a través de la evocación de palabras, así como instruir a los PL sobre los contenidos y tipos de memoria.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 2: Observa y atiende

Tema: La atención como proceso psicológico.

Objetivo: Conceptualizar y estimular el proceso psicológico de la atención, como elemento necesario para la concentración y el aprendizaje.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	5 min.
2. Normas de convivencia	5 min.
3. Actividad rompe hielo: Atentos a la fiesta	5 min.
4. Dinámica: Escucha y hazlo (explicación del concepto "atención")	10 min.
5. Dinámica: Concéntrese y encuentre (explicación del concepto "tipos de atención")	10 min.
6. Cierre (retroalimentación)	10 min.
7. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Atentos a la fiesta

Se ubican los participantes del taller en círculo, de tal forma que se puedan ver entre todos. Luego, se les explica que va a haber una fiesta, y que cada cual debe llevar algo, pero que empiece con la inicial de su nombre si es posible.

El primero comienza diciendo su nombre y lo que va a llevar a la fiesta. El segundo repite lo que dijo el anterior, y luego dice su nombre y lo que va a llevar a la fiesta.

Por ejemplo:

1. Yo soy Pablo y voy a llevar la música.
2. Él es Pablo y va a llevar la música, y yo soy Ricardo y voy a llevar los refrescos.

3. Él es Pablo y va a llevar la música, él es Ricardo y va a llevar los refrescos, y yo soy Juana y voy a llevar el pastel.

Y así sucesivamente hasta completar la cantidad de participantes.

Con la dinámica "Atentos a la fiesta", se pretende motivar a los participantes del taller a prestar atención a sus compañeros y participar de forma activa en el taller. Así mismo, se busca concentrar la atención de los AMPL en una misma actividad.

Dinámica: Escucha y hazlo (explicación del concepto atención)

Se realiza una guía donde se colocan diferentes figuras aptas para ser coloreadas, se le entrega a cada participante una hoja. Para realizar la actividad se debe contar con colores o lápices. En el caso que sean colores, se les pide a los participantes que observen la hoja con las figuras y que vayan coloreando las imágenes de acuerdo con las instrucciones del profesional. En el caso que sea un lápiz, se le indica a los participantes que rellenen las figuras con puntos, rayas, círculos, coloreado, etc. (anexo 3. Figuras para colorear o rellenar).

Una vez finalizada la actividad, se le pregunta al auditorio si tuvieron equivocaciones, lo más probable es que la respuesta sea "sí".

El objetivo de la dinámica "Escucha y hazlo" es explicar el proceso cognitivo de la atención como "el mecanismo que controla y regula los procesos cognitivos, actúa como filtro de los estímulos ambientales" (Gión, Pérez, & Navarro, 2011, p. 274).

Dinámica: Concéntrese y encuentre (explicación del concepto "tipos de atención")

Para esta actividad, se ubican los participantes mirando hacia la pared o tablero donde se va a colocar el "concéntrese" (anexo 4. Concéntrese).

La instrucción para los AMPL es ir buscando las respectivas parejas en el tablero del concéntrese. Cada participante debe quedarse con la pareja encontrada.

Una vez descubierto el concéntrese, se le da un esfero o lápiz a los participantes y se les pide que observen detenidamente las imágenes obtenidas y que identifiquen si existen o no diferencias entre ellas. Una vez encontradas las diferencias deben encerrarlas en un círculo o tacharlas con una equis (X).

Al finalizar las dos partes de la actividad, se le pregunta a algunos participantes qué diferencias encontraron. Las respuestas serán retroalimentadas teniendo en cuenta que la atención es un proceso dividido en varios tipos, que se usan de acuerdo a los estímulos provenientes del medio y el interés del sujeto receptor.

Con la actividad "Concéntrese y encuentre" se pretende explicar a los AMPL los tipos de atención con los que un sujeto cuenta. Así mismo, se pretende brindarles estrategias de reconocimiento, razón por la cual se usa un "concéntrese" realizado con figuras que poseen pequeñas diferencias que servirán para estimular la atención de los usuarios.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 3: Observa, procesa y verbaliza

Tema: El lenguaje como puente entre la memoria y la atención.

Objetivo: Brindar diversas estrategias psicológicas que permitan conceptualizar el proceso psicológico del lenguaje, como medio de expresión facilitador en la vida diaria del AMPL.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	5 min.
2. Normas de convivencia	5 min.
3. Actividad rompe hielo: Representa un animal	5 min.

Continúa

Actividad	Duración
4. Dinámica: Mímica *vs*. sonido (explicación del concepto lenguaje)	10 min.
5. Dinámica: Observa, procesa y verbaliza (explicación de la relación lenguaje, memoria, atención)	10 min.
6. Cierre (retroalimentación)	10 min.
7. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Representa un animal

Se le solicita a los participantes que se ubiquen en círculo, luego se les pide que piensen con qué animal se identifican, de acuerdo a su forma de ser, entonces se les solicita que saluden al auditorio con el sonido que identifica al animal que los representa.

Con la actividad "Representa un animal" se busca identificar el lenguaje como forma de comunicación, haciendo énfasis en que para comunicarse basta con reconocer un mismo sistema de símbolos, en esta actividad el sonido de los animales.

Dinámica mímica vs. sonido: Explicación del concepto "lenguaje"

Para esta actividad previamente se ha escrito un guion corto (anexo 5. Guion representación), el cual debe ser representado por cuatro participantes del taller, estos serán escogidos de forma voluntaria, preguntando quién desea participar.

Una vez sean escogidos los cuatro participantes se dividen en dos grupos, un grupo deberá representar la escena con mímica (sin reproducir ningún sonido) y el otro deberá hacerlo reproduciendo los sonidos necesarios para la ejecución de esta.

Cuando los dos grupos terminen su acto, el profesional a cargo de la actividad debe realizar las siguientes preguntas orientadoras:

- ¿Cuál es la principal diferencia entre las escenas?
- ¿Eran la misma escena o diferentes?
- ¿Creen que se podría representar lo mismo con diferentes palabras?

El objetivo de la actividad "Mímica *vs.* sonido" es explicar a los AMPL el concepto de lenguaje, para ello se realizan las preguntas orientadoras. De igual forma, se menciona que el lenguaje como medio de comunicación puede ser verbal o no verbal y tiene como fin trasmitir un mensaje.

Dinámica: Observa, procesa y verbaliza (explicación de la relación lenguaje, memoria, atención)

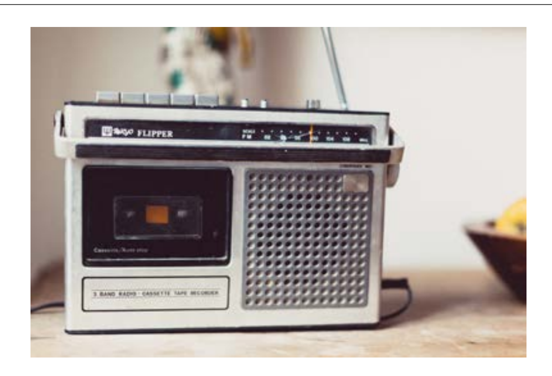
Se escribe en una cartelera un trabalenguas, que los participantes de la sesión deberán leer y repetir varias veces, luego de unos minutos en esa tarea, se realiza un sorteo tipo rifa, para que al menos dos de los participantes digan el trabalenguas sin leerlo (anexo 6. Trabalenguas).

Con la actividad "Observa, procesa y verbaliza", se busca que los participantes ejerciten los procesos psicológicos abordados en las sesiones anteriores y la actual, retroalimentando la actividad con la conceptualización previa de memoria y atención, haciendo énfasis en que actividades como narrar historias de vida, contar chistes, reproducir trabalenguas, entre otras, contribuyen a ejercitar la memoria; la atención como "el mecanismo que controla y regula los procesos cognitivos, actúa como filtro de los estímulos ambientales" (Gión, Pérez, & Navarro, 2011, p. 274) y finalmente el lenguaje.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Anexos

Anexo 1. Figuras



Fuente: pixabay.com



Fuente: pixabay.com



Fuente: pixabay.com



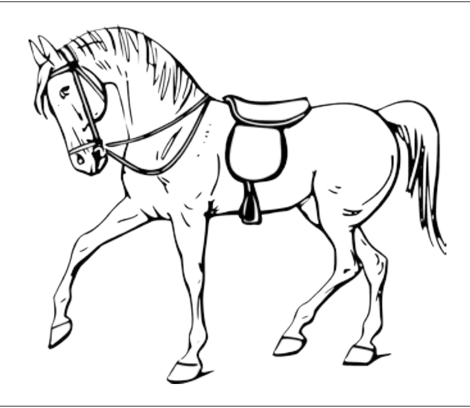
Fuente: pixabay.com

Anexo 2. Refranes

A *caballo* regalado no se le mira el colmillo
A otro perro con ese *hueso*
Más sabe el diablo por *viejo* que por diablo
Las cuentas *claras* y el chocolate espeso

Fuente: http://refranes.celeberrima.com/

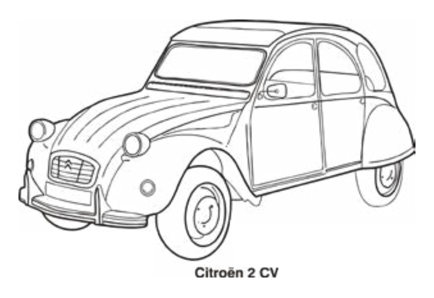
Anexo 3. Figuras para colorear o rellenar

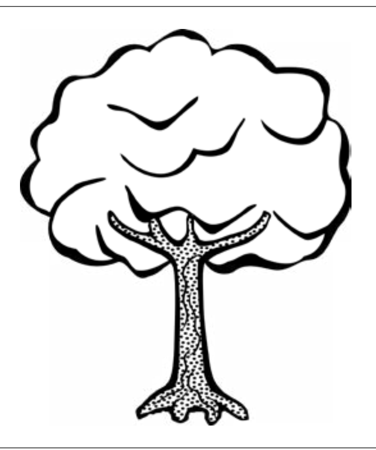









Citroën 2 CV



Fuente: pixabay.com

Anexo 4. Concéntrese





Fuente: fotografía de Mildred M. Corredor.





Fuente: http://es.freeimages.com



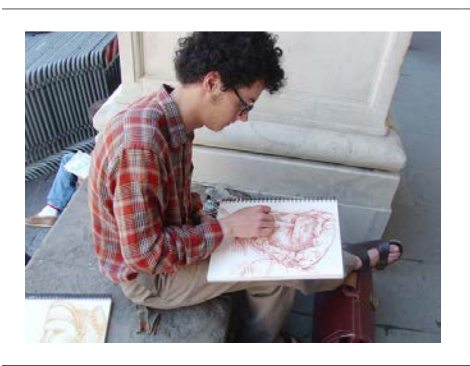

Fuente: fotografía de Mildred M. Corredor.




Fuente: fotografía de Mildred M. Corredor.




Fuente: fotografía de Mildred M. Corredor.




Fuente: es.freeimages.com




Fuente: fotografía de Mildred M. Corredor.




Fuente: fotografía de Mildred M. Corredor.




Fuente: fotografía de Mildred M. Corredor.




Fuente: fotografía de Mildred M. Corredor.

Anexo 5. Guion representación

A: Hola, compañero, tiempo sin saber de tu vida.

B: Hola, qué gusto verte, ha pasado mucho tiempo, ¿vamos a tomar algo para ponernos al día?

A: Claro, ahora mismo iba almorzar. Vamos y hablamos de lo que ha sido nuestras vidas durante este tiempo.

B: Vamos, sígueme, conozco un buen lugar aquí cerca.

Anexo 6. Trabalenguas

Copas
Compre pocas copas
pocas copas pague
como compre pocas copas
pocas copas pague.

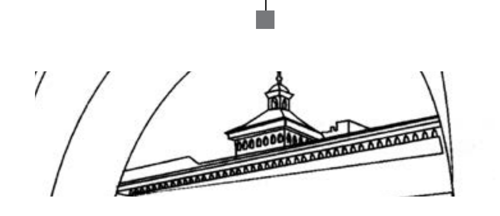
Fuente: http://educacion2.com/4285/trabalenguas-5/

¿Con cuántas planchas Pancha plancha?
Pancha plancha con cuatro planchas.

Fuente: http://trabalenguascortos.com/content/si-pancha-plancha-con-cuatro-planchas-%C2%BFcon-cuantas-planchas-pancha-plancha

Cuesta subir una cuesta y a mitad de la cuesta,
Cuesta se acuesta porque a Cuesta le cuesta subir
la cuesta.

Fuente:http://trabalenguascortos.com/content/cuesta-le-cuesta-subir-la-cuesta-y-mitad-de-la-cuestase-va-y-se-acuesta-0



Eje Prevención de reincidencia

Taller: Competencias prosociales y ciudadanas
"A favor del mundo"

En la actualidad existen diversas crisis sociales alrededor del mundo y muchas de estas problemáticas son generadas por la falta de autocontrol, la falta de valores y la ineficacia en la resolución de conflictos que suceden al margen de la educación. En este sentido, autores como Fernández, García y Fernández (2012, p. 14) señalan la importancia de incrementar aportes cívicos desde la educación, en diferentes ámbitos de formación ciudadana y participativa, con el fin de dar solución a los problemas sociales y ambientales de nuestro mundo ofreciendo respuestas creativas y críticas, que se fundamenten en valores y conductas prosociales.

Estos procesos educativos se pueden dar en ámbitos formales o no formales, y por supuesto en totalizados en los que se presentan procesos de socialización, reestructuración y modificación, como los penitenciarios. Al respecto, autores como Moner, Artiles, Lobo y Badia (2009, p. 28) mencionan que los procesos internos de educación con relación al trabajo, constituyen una de las finalidades del proceso penitenciario, el cual permite la modificación de valores y conductas cívicas tanto dentro como fuera del establecimiento penitenciario.

Los estudios penitenciarios realizados por Martín (2009, p. 156) mencionan la eficacia del tratamiento basado en el aprendizaje e interiorización de pautas de comportamiento como valores y hábitos, en su futura reinserción. Así, resulta de vital importancia contemplar, adecuar y suministrar dinámicas y talleres de reeducación a personas privadas de la libertad, relacionadas estas a las competencias ciudadanas que deben primar en la sociedad.

El objetivo de este eje es promover en la población AMPL competencias prosociales y ciudadanas.

También se busca:

- Identificar y reconocer la importancia de las competencias ciudadanas, como pilar de la vida en comunidad
- Generar una comprensión crítica acerca de los diferentes tipos de comunicación y la asertividad en cada una de ellas
- Reforzar el significado que las personas tienen sobre los derechos y deberes activos de la sociedad

Bases conceptuales para el eje

Según el Ministerio de Educación de Colombia (2012), una competencia ciudadana se define como el conjunto de conocimientos y de habilidades cognitivas, emocionales y comunicativas que, articulados entre sí, hacen posible que el ciudadano actúe de manera constructiva en la sociedad democrática. Por su parte, Sole (2012, p. 45) señala que las competencias ciudadanas son un conjunto de acciones que permiten pensar, comunicar y aprender, las cuales son desarrolladas en el seno de las actividades sociales, generando una identidad propia e irrepetible.

Teniendo en cuenta lo anterior, Ruiz y Chaux (2005, p. 32) plantean también una distinción entre competencias cognitivas, emocionales y comunicativas las cuales dan lugar a la integración y consolidación de procesos democráticos y acciones ciudadanas. Respecto a esto los autores plantean que las competencias cognitivas son las capacidades de realizar procesos mentales y que favorecen el ejercicio de la ciudadanía como ponerse en los zapatos del otro.

Otros autores como López, Díaz, González y Valero (2012, p. 321) se refieren a la empatía como la posibilidad de considerar los sentimientos de los demás, junto con otros actores en el proceso de tomar decisiones inteligentes, de igual forma describen la inteligencia emocional como la habilidad de percibir, valorar y expresar sentimientos que faciliten el pensamiento.

En cuanto a la comunicación, afirma Langevin (2000, p. 16) que es un proceso de transmitir información de nuestros pensamientos por medio de palabras (comunicación oral) y de gestos (comunicación no verbal). Por su parte, autores como Van-der Hofstadt (2005, p. 42) señalan la existencia de tipos de comunicación que se interrelacionan con la comunicación verbal y no verbal, estos tipos de comunicación son: la *comunicación asertiva*, la cual se refiere a expresar lo que se piensa, se siente y se quiere decir de una manera clara y respetuosa siendo objetivos; en segunda instancia, plantean la *comunicación pasiva*, la cual se refiere al proceso de no expresar con claridad los gustos de algún evento o situación y ser permisivo con lo que le disgusta; y por último, los autores señalan la *comunicación agresiva*,

la cual se refiere a no respetar los derechos de los demás imponiendo el punto de vista como la única validez en una discusión.

Finalmente, como se mencionaba anteriormente, Cardona (2000, p. 37) señala que los valores son una serie de cualidades y características que pueden hacer valer una cosa, convirtiéndose en necesaria y apreciable para conseguir una sociedad más equitativa y justa. Al respecto, autores como Calvo, Sánchez y Sánchez (2012, p. 68) mencionan que el entrenamiento y reforzamiento en valores puede ser una herramienta fundamental en los cambios sociales, señalando que la educación sobre estos aspectos son producto del día a día que posteriormente influyen y generan una atmósfera moral creada por las personas.

Cabe resaltar que dentro de las competencias ciudadanas autores como Calva, (2007, p. 143) perciben los derechos ciudadanos como pilares sólidos y básicos para el desarrollo de la integridad social; estos derechos se refieren a la igualdad legal de todos los individuos de una sociedad y a la salvaguarda de sus libertades de creencias, pensamiento, expresión y ocupación. También autores como Serna (2002, p. 64) señalan la importancia de tener en cuenta derechos y deberes, estos últimos se refieren al aporte y colaboración generosa que permiten mantener una convivencia civil donde las personas inmersas en la comunidad puedan respetarse con diligencia y efectividad permitiendo una vida social activa y sana.

Sesión 1: Nuestras competencias ciudadanas

Tema: Competencias ciudadanas.

Objetivo: Identificar y reconocer la importancia de las competencias ciudadanas, como pilar de la vida en comunidad.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
Saludo de bienvenida y presentación	3 min.
Normas de convivencia: Juntos es más fácil	3 min.
Actividad rompe hielo: Juntos es más fácil	7 min.
Dinámica: El esqueleto de los valores	13 min.
Dinámica: Poniéndonos en sus zapatos	14 min.
Cierre (retroalimentación)	5 min.
Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Juntos es más fácil

El objetivo de esta actividad es realzar la importancia del trabajo en equipo y reconocer que los aportes de todos son importantes para el logro de un objetivo.

La actividad que se propone a continuación está basada en *el Manual de intervención educativa en readaptación social* de Garrido y López (2005). El profesional a cargo ubicará una mesa en la mitad del aula y sobre ella colocará una hoja que llevará impresas 30 imágenes que no deben guardar relación entre sí (ver anexo 1. ¿Cómo recordamos?). Luego dará las las instrucciones que se indican a continuación.

A partir de la señal de listo que yo dé, deberán acercarse a la mesa y observar por 12 segundos todas las imágenes que se encuentran impresas en la hoja, posterior a este tiempo se retirará la hoja y volverán a sus puestos y escribirán en una hoja blanca con lápiz, la cantidad de imágenes que recuerdan y los nombres de cada una de ellas (casa, balón, esfera, ratón, computador).

Posterior a esto, el profesional preguntará a cada uno de los participantes por la cantidad de objetos que logró recordar, y en un tablero anotará la cantidad mencionada por cada participante. Luego de esto pedirá que se formen grupos de 3 o 4 integrantes, socialicen entre ellos las figuras que encontraron y construyan una nueva lista. Pasados 3 minutos, el profesional preguntará nuevamente sobre la cantidad de cada subgrupo

y la anotará. Este proceso se repite secuencialmente, ampliando cada vez más el grupo con el fin de conseguir un mayor número de objetos memorizados conjuntamente.

Finalmente, cuando las 30 fichas hayan sido encontradas por todo el grupo, el profesional a cargo preguntará a los internos qué herramientas se pudieron trabajar con esta actividad dando una pequeña introducción al tema a desarrollar durante la sesión.

Dinámica: Explicación del concepto (construyendo competencias ciudadanas)

El objetivo de esta actividad es ampliar el marco de referencia que tienen los AMPL sobre las competencias ciudadanas y sus implicaciones a nivel social.

El profesional a cargo comenzará la sesión formando grupos de trabajo (3 grupos de 5 personas) dentro de los cuales los AMPL deberán construir un concepto único de lo que ellos conocen sobre los valores y a partir de esa definición presentar los valores que más conocen y más se trabajan en un contexto ciudadano.

A continuación cada grupo de trabajo deberá realizar en una hoja blanca una lluvia de ideas sobre el significado del valor, seguido de los valores que conocen y más se pueden trabajar dentro del ERON, posterior a esto se elige un líder para presentar las ideas a los demás grupos.

Después de la presentación de ideas el profesional a cargo explicará el concepto y leerá a los participantes una lista de valores (ver anexo 2. Lista de valores) que pueden servir de referencia para fomentar conductas prosociales y una mejor calidad de vida ciudadana. Terminado se leerá a los participantes una serie de características positivas y negativas (ver anexo 3. Valores y anti-valores) que puede tener una persona cualquiera haciendo alusión a la diferencia entre valores y antivalores, con el fin de diferenciar las ganancias de implementar conductas prosociales y las consecuencias de pasar por alto algunos valores básicos. Frente a esto cada grupo deberá comentar las posibles ganancias o pérdidas que puede tener una persona si fomenta más un valor o un antivalor.

Sincero, educado, grosero, pesimista, optimista, honesto, interesado, ordenado, desordenado.

Dinámica: Explicación del concepto "poniéndonos en sus zapatos"

El objetivo de esta actividad es fomentar una participación crítica sobre la utilidad y aplicabilidad de las competencias ciudadanas.

El profesional a cargo formará grupos de trabajo y posteriormente entregará a cada grupo una historia corta (ver anexo 4. Valores específicos) acerca de un valor específico. Cada grupo deberá leer y discutir el escenario que ocurre en la lectura, tomar una postura frente a esta y explicarla al grupo. Por su parte, el profesional realizará preguntas acerca de lo concretado por cada grupo con el fin de unificar una idea centralizada en la temática.

A continuación deberán escoger un líder y leer esta idea, luego deberán discutir sobre qué hacer en esa situación, qué postura tomar, qué sería lo más apropiado o lo menos apropiado, qué consecuencias tendría esta decisión a corto y a largo plazo, y a quiénes afecta o beneficia esa decisión.

Sumado a esas preguntas, el profesional cuestionará de qué manera esos valores pueden ser trabajados en un contexto como el penitenciario y cómo puede contribuir cada uno a incrementar estos valores.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 2: Comunicando decisiones acertadas

Tema: Asertividad y comunicación

Objetivo: Generar una comprensión crítica acerca de los diferentes tipos de comunicación y la asertividad en cada una de ellas.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
Saludo de bienvenida y presentación	3 min.
Normas de convivencia	3 min.
Actividad rompe hielo: Construyendo ideas, construyendo comunicación	7 min.
Dinámica: Hablando o callando	13 min.
Dinámica: Describiendo la comunicación	14 min.
Cierre (*retroalimentación*)	5 min.
Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Construyendo ideas, construyendo comunicación

Esta actividad busca reflexionar sobre la concepción que los AMPL tienen sobre la comunicación, para ello, el profesional a cargo conformará 5 grupos cada uno de ellos de tres personas, las cuales deberán originar una lluvia de ideas acerca del significado de la comunicación para posteriormente y en conjunto construir el concepto con ayuda del profesional. Las ideas deberán anotarse en una hoja. Mientras se desarrolla la actividad el profesional irá supervisando y dibujando una serie de caras (alegre, triste, de preocupación, aburrida, con rabia etc.) debajo del número de cada grupo teniendo en cuenta la forma en que interactúan, la manera en que se comunican (si es asertiva, pasiva o agresiva) o si se presenta una comunicación verbal o no verbal entre los participantes.

Dinámica: Explicación del concepto "hablando o callando"

El objetivo de esta actividad es fortalecer el significado de la comunicación en los AMPL. Seguido a la actividad rompe hielo, el profesional a cargo presentará una distinción entre las dos formas de comunicación más comunes (la verbal y la no verbal) a través de un ejemplo de conversación,

en la cual un emisario A transmite un mensaje a un receptor B, solicitando a los participantes la creación de un mensaje similar en un papel.

Posterior a esto el profesional a cargo explicará la funcionalidad de ambas formas de comunicación desde diferentes contextos sociales y solicitará a cada grupo reproducir el mensaje del grupo anterior, por medio de gestos, señas, actitudes y otros tipos de comunicación no verbal.

Dinámica: Explicación del concepto "describiendo la comunicación"

Esta actividad tiene la finalidad de ahondar en los diferentes tipos de comunicación. El profesional explicará la diferencia entre los tres tipos de comunicación existente, comunicación asertiva, pasiva y agresiva y posteriormente con los mismos grupos ya formados deberán ejemplificar por medio de un juego de roles, una situación particular donde se vea uno o varios tipos de comunicación.

Esta actividad finalizará retroalimentando la participación del grupo y cuestionándolos sobre la actividad rompe hielo del comienzo, frente a lo cual los participantes deberán responder que cada cara correspondía a la manera como los grupos se estaban comunicando, asertiva, agresiva o pasivamente.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 3: Derechos y deberes

Tema: Derechos y deberes ciudadanos.

Objetivo: Reforzar el significado que las personas tienen sobre sus derechos y deberes como ciudadanos, los cuales subsisten aun estando privado de la libertad.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
Saludo de bienvenida y presentación	3 min.
Normas de convivencia	3 min.
Actividad rompe hielo: Aplicando lo aprendido	7 min.
Dinámica: Tengo derechos pero también deberes	13 min.
Dinámica: La perspectiva	14 min.
Cierre (retroalimentación)	5 min.
Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Aplicando lo aprendido

El objetivo de la actividad es fomentar la consolidación de aspectos trabajados días anteriores con una temática nueva.

El profesional a cargo solicitará a cada persona imaginar una situación en la cual se pueda ver vulnerado un derecho o incumplido un deber ciudadano. Posteriormente, cada persona deberá transcribir esa idea y compartirla con un compañero, para conjuntamente crear una historia que deberá contener la idea de ambos en un escenario habitual para ellos, después de esto cada grupo deberá presentar la explicación al plenario de los asistentes y recibir retroalimentación por parte de ellos.

Dinámica: Explicación del concepto “tengo derechos pero también deberes”

El objetivo de la actividad es identificar la concepción que tienen los AMPL sobre los derechos y deberes ciudadanos.

En esta actividad el profesional a cargo formará 3 grupos de 5 personas y presentará la distinción que existe entre un derecho y un deber. Posterior a esto cada grupo deberá realizar un listado de los principales derechos y deberes ciudadanos que puedan conocer, que recuerden y que se adecúan a cualquier comunidad. Luego cada subgrupo deberá crear una historia en la cual se evidencie la utilidad de lo plasmado, para presentarlo a los demás.

Dinámica: Explicación del concepto "la perspectiva"

El objetivo de la actividad es evaluar lo incorporado en los AMPL durante los talleres suministrados.

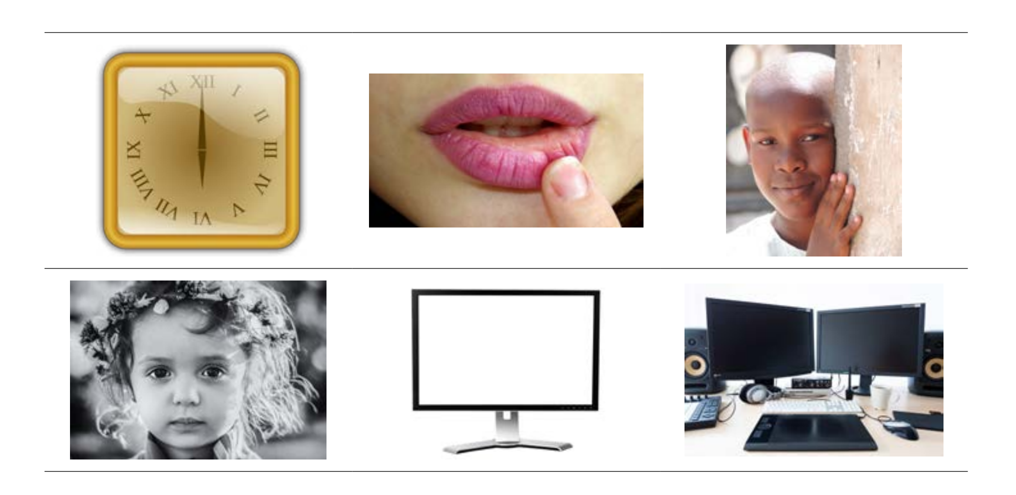
En esta actividad el profesional a cargo leerá abiertamente un texto (ver anexo 5) el cual tiene que ver con derechos y deberes, y frente al cual cada persona deberá anotar su perspectiva o punto de vista sobre la lectura, posteriormente el profesional conformará subgrupos de trabajo de 5 personas y solicitará compartir su punto de vista con el grupo, para construir conjuntamente una opinión.

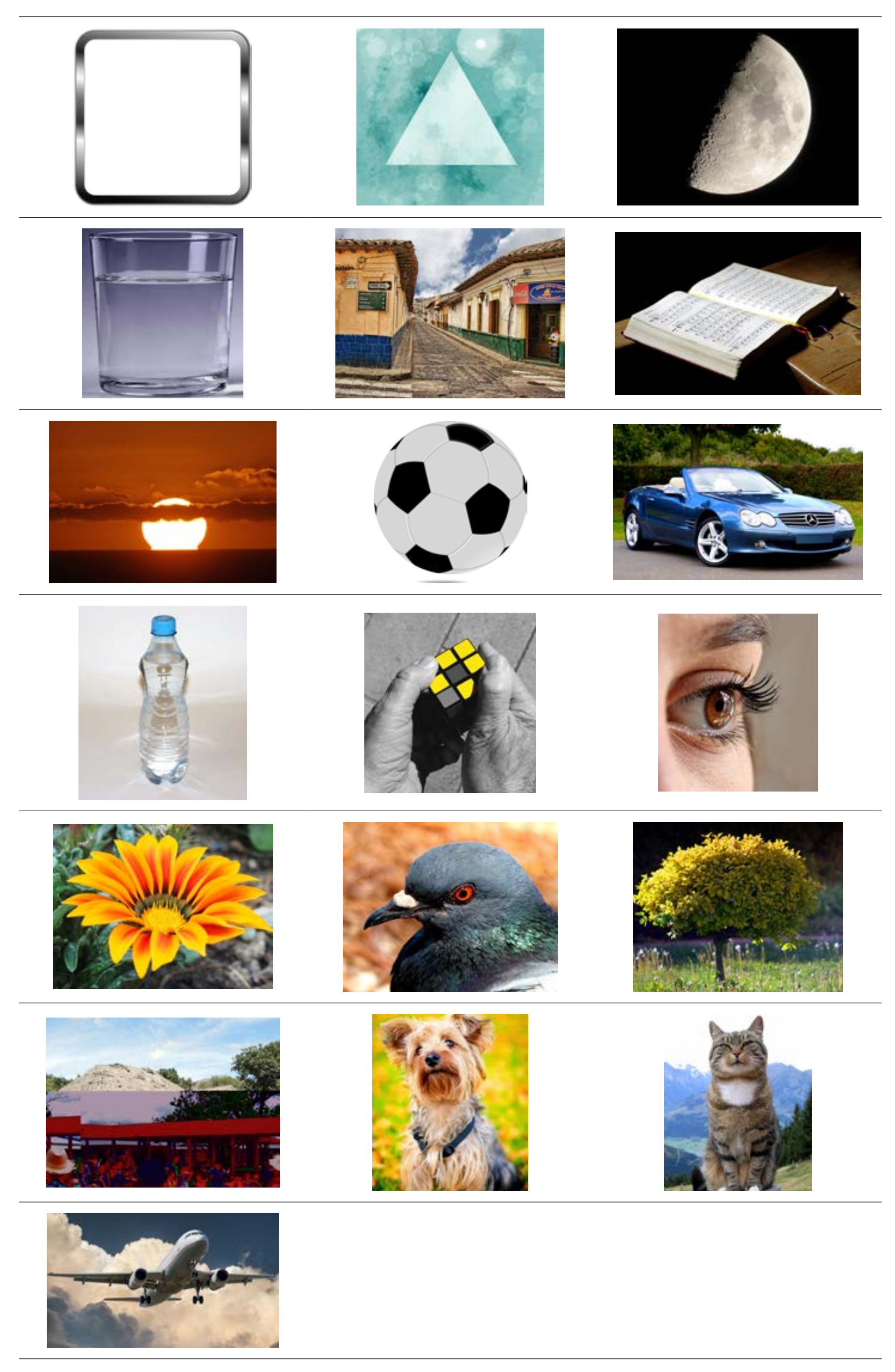
Esta actividad permitirá evidenciar lo comprendido sobre los derechos y deberes ciudadanos, evidenciará el tema de los valores en una comunidad y claramente la implementación de la comunicación para realizar una actividad nueva.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Anexos

Anexo 1. ¿Cómo recordamos?





Fuente: pixabay.com

Anexo 2. Lista de valores



Honestidad



Respeto a la naturaleza



Amor



Paz

Fuente: pixabay.com

Anexo 3. Valores y anti-valores

Esclavitud	Sometimiento del hombre por el hombre que se practicó desde la Antigüedad y para vergüenza del hombre
Angustia	La angustia es un estado afectivo de carácter penoso que se caracteriza por aparecer como reacción ante un peligro desconocido e impreciso
Deshonestidad	Abrigamos una variedad de tendencias e impulsos que no armonizan espontáneamente con la razón
Arrogancia	La arrogancia es el estado de estar convencido del derecho a situarse por encima de los otros. El arrogante (o soberbio) pretende ser superior a los demás oponiéndose a la humildad
Odio	El odio es un sentimiento negativo, de profunda antipatía, disgusto, aversión, enemistad o repulsión hacia una persona, cosa o situación
Guerra	Enfrentamiento organizado de grupos humanos armados, con el propósito de controlar recursos naturales o humanos y se producen por causas no bien conocidas, podrían ser culturales o de poder, económicas o territoriales
Intolerancia social	Es aquella donde el individuo quiere que solo su opinión sea escuchada y no acepta las ideas de los demás
Divisionismo	Napoleón dijo: “Divide y vencerás”. En nuestra sociedad, ¿cuántas veces no nos dividimos? ¿Y quién vence?
Enemistad	Es una aversión, no necesariamente mutua, aunque sí frecuentemente entre varias personas. Se manifiesta con: * Agresiones verbales * Continuos intentos de intimidación

Continúa

Enemistad	* Agresiones físicas * Intento de hacer al otras personas la vida imposible * Profundo sentimiento de odio
Envidia	Es un sentimiento experimentado por aquel que desea intensamente algo poseído por el otro. La base de la envidia es el afán de poseer lo ajeno
Suciedad	Abandonar o abandonarse. Manchas, impurezas y falta de aseo

Anexo 4. Valores específicos

Honradez

Vicente ha ido al cine y en la taquilla le han dado vueltos de más. Vicente piensa utilizar el dinero para comprarse un refresco y cotufas (palomitas de maíz) en el cine, pero sabe que si falta dinero en la boletería al final del día, este le será descontado al señor que lo atendió.

Honestidad

Alejandra ha encontrado de casualidad una de las pruebas de matemática que la profesora va a tomar el día el siguiente. Alejandra necesita sacarse un 16 para aprobar el curso y sabe que nadie la ha visto con la prueba.

Respeto

Daniel está con un grupo de alumnas y descubre que sus amigos le han puesto un chinche en el asiento a un compañero, que es considerado el "cerebrito" de la clase. El profesor no está en el salón y todos están esperando que el "cerebrito" se siente para reírse de él. Daniel sabe que su compañero se podría hacer una dolorosa herida si se sienta en el chinche, pero sus amigos lo fastidiarán a él si le avisa.

Justicia

Mónica y Patricia han comprado a medias, un boleto de lotería cerca de la urbanización donde viven. Mónica ha guardado el boleto mientras Patricia estaba de viaje. El boleto resulta ganador de 100.000 pesos. Mónica necesita 70.000 pesos para pagar algunos útiles del colegio, y sabe que Patricia no necesita el dinero realmente y no se va a enterar de cuanto fue el premio, por lo que está pensando darle a Patricia 30.000 pesos en vez de los 50.000 que le corresponde.

Anexo 5. Fábula

El lobo y el perro

Cerca de un bosque, había una vez un lobo tan flaco que no tenía más que piel y huesos. Su flacura la debía, entre otras cosas, a que no se podía acercar a los ganados, pues estaban protegidos por los perros guardianes. Por eso, solo de vez en cuando podía meterle el diente a un poco de carne.

Un día, el lobo estaba acechando el rebaño de ovejas, para ver si la suerte lo ayudaba y alcanzaba a cazar, encontró a un perro mastín que se había extraviado. El animal era rollizo y lustroso. Se veía que estaba bien alimentado. El lobo lo hubiese atacado de buena gana para servirse un buen almuerzo. Pero, con mucha sensatez, pensó que tendría que emprender una batalla y que el enemigo tenía trazas de defenderse bien.

Por eso, el lobo decidió acercársele con la mayor cortesía y entablar una conversación con él.

—Te felicito, amigo, tienes un hermoso cuerpo —dijo el lobo.

—Amigo lobo, tú no luces tan bien como yo porque no quieres —contestó el mastín.

El lobo lo miró asombrado.

¿Cómo que no quiero? A mí me gustaría estar tan bien alimentado como tú.

—Entonces, deja el bosque —repuso el perro—. Los animales que en él se guarecen son unos desdichados, muertos siempre de hambre. ¡Ni un bocado seguro! ¡Todo a la suerte! ¡Siempre al acecho de lo que sea!

—Es verdad —dijo tristemente el lobo—. Cada día que amanece, me pregunto si tendré un buen almuerzo. Y, cuando llega la noche, casi siempre me voy a dormir con la barriga vacía.

—Entonces, no lo pienses más —repuso el perro—. Sígueme y tendrás mejor vida.

—¿Y qué tendré que hacer? —preguntó el lobo, que desconfiado, sabía que nada era gratuito en esta vida.

—Casi nada —repuso el perro—. Tienes que proteger la casa, perseguir a los ladrones, jugar con los de la casa y complacer al amo. Con tan poco como esto, tendrás a cambio, huesos de pollo, pichones y, además, algunas caricias.

El lobo, al escuchar esto, se imaginó que tendría un buen porvenir y decidió irse con el mastín y ayudarlo a encontrar su casa.

Iban caminando, cuando el lobo advirtió que el perro tenía una peladura en el cuello.

—¿Qué es eso? —le preguntó

—Nada —contestó el perro.

—¡Cómo que nada! Si te veo el cuello pelado. ¿Por qué lo tienes así?

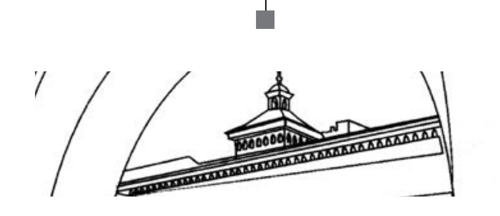
—Será la marca del collar al que estoy amarrado.

—¡Amarrado! —exclamó el lobo— ¿Qué? ¿Estás amarrado? ¿No vas y vienes adonde tú quieres y a la hora que quieres?

—No siempre… Pero eso, ¿qué importa?

—¡A mí me importa! Mi libertad es más importante que tu comida. El precio que debo pagar por el alimento es demasiado alto. Y la libertad es el mayor tesoro que poseo en el mundo —dijo el lobo y se echó a correr. Aún está corriendo.

Jean de La Fontaine



Eje Identificación de la conducta delictiva

Taller: “Versatilidad humana”

Con base en la información obtenida en la investigación, se determinó que las necesidades de supervivencia del sujeto y su familia, consumo de SPA, falta de educación escolar, baja capacidad de autocontrol, condiciones precarias (pobreza), bajas oportunidades laborales, condiciones sociales de desigualdad y vulneración, consumo de alcohol; incidieron en la comisión de conductas delictivas por parte de los AM y en su reincidencia.

Este taller será implementado para identificar por medio de las causales de riesgo mencionadas anteriormente las conductas delictivas, para posteriormente realizar una intervención directa al AMPL en sesiones particulares para esta temática.

El objetivo de este eje es reflexionar sobre las conductas delictivas y sus procesos de aprendizaje, estableciendo factores de riesgo y factores protectores que reduzcan la reincidencia.

También se busca:

- Evidenciar los factores de riesgo y los factores protectores de los AMPL
- Identificar las variables que inciden en la conducta delictiva: en relación con la persistencia y reincidencia en los AMPL
- Promover mecanismos de prevención que puedan reducir patrones de nuevas conductas delictivas

Bases conceptuales del eje

A lo largo de la historia se ha considerado que la conducta delictiva es una expresión o reflejo de algún tipo de psicopatología particular que lleva consigo el delincuente, y posiblemente el estudio y análisis de la conducta delictiva revelará aspectos de la personalidad del acusado. Sin embargo, conocer el motivo de la conducta punible precisa de un estudio más exhaustivo donde será preciso recabar información sobre su biografía, rasgos de personalidad, antecedentes penales, esfera social, cultural, familiar, etc.

Es de importancia hacer una distinción en lo que es una conducta delictiva a una conducta antisocial, esto debido a que son términos

semejantes que por lo general tienden a confundirse y a tratarse como conceptos iguales. Cuando hablamos de conducta delictiva, según Reiss y Roth (1993, citado por Olate & Salas, 2010, p. 18) hace referencia a un fenómeno legal en que oficialmente se registra una conducta fuera de la ley, mientras que la conducta antisocial hace referencia a los actos que son considerados inapropiados porque dañan a las personas o a la sociedad.

No obstante, existe una estrecha relación entre el trastorno de personalidad antisocial con la conducta delictiva, así como lo plantea Barlow y Durand (2001) cuando explican que los individuos con trastornos de personalidad antisocial suelen tener largos historiales de violación de los derechos hacia los demás. A menudo son descritos como agresivos porque toman lo que desean y son indiferentes ante las preocupaciones ajenas. La mentira y el engaño son típicos en su manera de comportarse, ya que con frecuencia parecen incapaces de distinguir la diferencia entre la verdad y la mentira que urden para fomentar sus propios objetivos. Tampoco muestran remordimiento ni preocupación sobre los efectos devastadores que a veces pueden tener sus actos.

Siguiendo a Esbec y Echeburúa (2010, p. 253), la conducta violenta vinculada a este trastorno se caracteriza por ser de inicio precoz, estable, versátil (aplicada en contextos distintos) y frecuentemente grupal. Es común que el sujeto tenga antecedentes penales y se produzca una escalada de la violencia a lo largo de su actividad delictiva.

Es importante mencionar que la conducta o acto delictivo no es un constructo psicológico, sino una categoría jurídico-legal, bajo la cual no es posible agrupar a todos los delincuentes existentes, pues estos son muy diferentes entre sí, y el único elemento común a todos ellos es la conducta o el acto mismo de delinquir.

Dentro de las causas de la conducta delictiva han existido diversas teorías de su origen y de su desarrollo, una de las más recientes fue planteada por Vásquez (2004), la cual habla de una multicausalidad para que se cometa la conducta delictiva, entre ellas se encuentran las causas psicológicas, biológicas y criminológicas.

Para Guardiola (2012, pp. 132-134), la conducta de las personas está mediatizada en gran parte por los procesos cognitivos, por su forma

de pensar y ver la realidad. Explica que hay unas categorías cognoscitivas que pueden hacer entender de una manera más objetiva las conductas delictivas. Tales categorías son las siguientes:

- *Autocontrol-impulsividad*: El delincuente opera de forma impulsiva porque falla a la hora de autocontrolar su conducta. Fracasan en el momento de "pensar antes de actuar". De igual forma, afirma que muchos delincuentes no han aprendido a demorar la gratificación, sino que prefieren lo accesible e inmediato. La impulsividad también ha sido contemplada como una variable de personalidad que junto a la hiperactividad y problemas en la atención predicen delincuencia posterior. A este conjunto de factores se le conoce como síndrome HIA (hiperactividad, impulsividad, déficits de atención).
- *Locus de control*: Un individuo tiene un locus de control interno cuando se siente responsable de lo que le sucede en la vida. Si una persona cree que tiene poco dominio sobre las circunstancias particulares de su vida y que todo depende del destino o de aspectos externos a él más allá de su control, se dice que posee un locus externo. Los delincuentes tienden a la autoexculpación y a explicar su conducta como si esta dependiera de personas o circunstancias ajenas a su control, no sintiéndose responsables de sus experiencias. Cualquiera que crea que todo lo que le ocurre está determinado por las acciones de los demás, puede estar poco motivado para conseguir el éxito. No lo intenta porque cree que su esfuerzo será inútil. La conducta delictiva sería una forma compensatoria de alcanzar la autoestima por medio del locus de control externo.
- *Percepción social, toma de perspectiva social y empatía*: En la percepción social intervienen un conjunto de habilidades como la empatía y la de aceptar perspectivas distintas que nos permitan reconocer las reglas. Los delincuentes son más deficientes en esta área interpersonal. Muchos se caracterizan por un pensamiento egocéntrico. Precisamente, conocer y comprender puntos de vista

distintos es esencial para planificar eficazmente la conducta en aquellas situaciones que implican relaciones sociales. Sin esta habilidad puede estar dispuesto a percibir la situación presente sobre la base de sus experiencias pasadas, a interpretar erróneamente las acciones e intenciones de los demás y a no estimar los efectos de sus conductas en otras personas.

- *Solución cognitiva de problemas interpersonales*: Los procesos cognitivos son fundamentales en la comprensión, mediación y resolución de conflictos interpersonales. Los delincuentes poseen una escasa capacidad cognitiva para solucionar problemas interpersonales, por lo que serán menos capaces de reconocer problemas potenciales, construir respuestas alternativas ante los problemas, establecer relaciones causa-efecto entre sus acciones y las de otras personas, calcular las consecuencias que siguen a sus conductas, establecer pasos intermedios en la solución de problemas, comprender la conducta de los otros.
- *Valores*: La actividad delictiva de las personas estaría motivada por el tipo de valores mantenidos por ellas. Parecen existir diferencias entre los valores compartidos por delincuentes y no delincuentes. Los primeros prefieren valores de carácter personal, lo cual abarca tener una vida placentera, cómoda y a gusto con sus semejantes. Los segundos anteponen valores de carácter social, ya sea la amistad, la responsabilidad, la fidelidad, el compromiso, etc. Los valores de numerosos delincuentes también tienden a un alto grado de egocentrismo. Esta limitación de habilidades socio-cognitivas ocasiona que quienes la padecen no hayan podido desarrollar valores que van más allá de lo situacional, a corto plazo o pragmático. Estos individuos tienen menos probabilidades de desarrollar una adecuada comprensión de la comunidad, las normas sociales, la justicia.

Teniendo en cuenta que a la conducta delictiva se le atribuye un origen multicausal, es importante definir las causas como factores de riesgo que potencializan la emisión de la conducta. Según Berkowitz (1996, citado

en Peña, 2010, p. 72), un factor de riesgo es una condición que aumenta la probabilidad de la ocurrencia de acciones agresivas aunque no de forma invariable. Así mismo, Loeber (1990, citado por Peña, 2010, p. 72) conceptualiza estos factores como eventos que ocurren con anterioridad al inicio del problema y que predicen el resultado posterior. De esta forma, se puede decir que los factores de riesgo son aquellos estímulos presentes en el medio de desarrollo del sujeto que potencializan la ocurrencia de una conducta delictiva.

Así como existen factores de riesgo, también se habla de factores protectores como aquellos que de forma individual inhiben, reducen o atenúan la probabilidad del ejercicio y mantenimiento de las conductas antisociales (Peña, 2010). De acuerdo con lo mencionado, los factores protectores se relacionan con las conductas prosociales que se pueden crear, reforzar y mantener en el sujeto. Entendiendo que los factores de protección son interdepedientes a las conductas prosociales y que además se pueden relacionar con la ejecución de actos que pueden ser aprendidos, se toma como punto de referencia la teoría del aprendizaje social de Bandura (1982), para explicar en alguna medida el repertorio conductal del sujeto que puede ser modificado como respuesta alternativa a la conducta antisocial, ya que dentro de su planteamiento refiere que el sujeto puede aprender nuevas conductas mediante la observación de modelos, ya sean reales o simbólicos; esta vía sería rápida y efectiva para la adquisición de las múltiples y complejas conductas que el ser humano es capaz de manifestar.

Así como se definen las causas de la conducta delictiva como factores de riesgo, también se definen los factores predictores como comportamientos antecedentes y/o manifestaciones semejantes a las conductas transgresoras de la ley (González, 1992). Estas conductas están asociadas a comportamientos agresivos repetitivos, robos, provocación de incendios, vandalismo, y, en general, a un quebrantamiento serio de las normas en el hogar y la escuela (Kazdin, 1988, citado en González, 1992). Por lo general, con el paso de los años las conductas predictivas conforman la construcción de la conducta delictiva constituida en la adultez del sujeto infractor de la ley.

Teniendo en cuenta lo anterior, se debe establecer que el conjunto de factores predictores y de riesgo permiten determinar la posible reincidencia del sujeto, la cual puede darse de dos formas: la primera se relaciona con más de un ingreso a un ERON, se incluye también establecimientos para menores infractores, y la segunda se entiende por la comisión de conductas delictivas repetitivamente, sin necesidad de ingresar a un ERON o dentro de este.

Sesión 1: "En un mismo sendero"

Tema: Factores de riesgo y factores protectores.

Objetivo: Identificar los factores de riesgo y los factores protectores en los AMPL.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
Saludo de bienvenida y presentación	5 min.
Normas de convivencia	5 min.
Actividad rompe hielo: Cruzando el río	5 min.
Dinámica: Laberinto factorial (explicación del concepto "factores de riesgo y factores protectores"	15 min.
Dinámica: Mesa de diálogo (exploración de percepciones frente al concepto)	10 min.
Cierre (retroalimentación)	5 min.
Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Cruzando el río

Se forman tres grupos de cinco personas, a cada grupo se le entrega un mismo acertijo; el primero que lo resuelva obtendrá ayuda en la siguiente actividad. Para resolver el acertijo cada grupo contará con tres figuras de

tres animales diferentes (un perro, un ratón y un gato), así mismo, tendrá un barco de papel el cual servirá para cruzar la hoja iris de lado a lado (la hoja iris representa el río) (anexo 1. Figuras y fábula).

Acertijo: Un gato, un ratón y un perro se encuentran en la orilla del río esperando cruzarlo en barco, sin embargo, en el barco solo pueden cruzar dos animales al tiempo, ya que si el gato se queda con el ratón se lo come y si el perro se queda con el gato pelean, ¿cómo hacen para cruzar?

Dinámica: Laberinto factorial (explicación del concepto "factores de riesgo y factores protectores")

Se les pide a los AMPL que se ubiquen sentados en círculo de tal forma que se puedan ver todos (si el espacio lo permite), posterior a ello se les entrega una guía impresa con un laberinto (anexo 2. Factores de riesgo, y anexo 3. Factores protectores) en la cual deben unir las palabras "factores protectores y factores de riesgo" con las imágenes que les indique el laberinto. Al lado de cada factor se ubicará una convención con el fin de que los AMPL asocien el concepto con el mismo. Una vez se complete el laberinto se pregunta a los participantes en general si las imágenes identificadas están relacionadas de alguna forma en su vida.

Preguntas

- ¿Alguna de las imágenes identificadas en los factores riesgo han estado presentes en su vida?
- ¿Alguna de las imágenes identificadas en los factores protectores se relacionan con su vida?

El objetivo de la actividad "Laberinto factorial" es que los AMPL conozcan el concepto factores de riesgo y factores protectores, a través de la identificación de imágenes que corresponden en cada factor, con lo cual se busca que los AMPL asocien dichos factores a su historia de vida. En la actividad de *retroalimentación* se trabaja la explicación del concepto factor de riesgo como una condición que aumenta la probabilidad de la ocurrencia

de acciones agresivas, como por ejemplo, ausencia de padres o familiares responsables, amigos o conocidos dedicados a realizar actos delictivos, dificultades económicas, etc. Así mismo, se les explica que los factores protectores son aquellos que inhiben, reducen o atenúan la probabilidad del ejercicio y mantenimiento de las conductas antisociales, como por ejemplo, modelos familiares positivos, vinculación a actividades lúdico-recreativas, apego familiar e interacciones basadas en comunicación, etc.

Dinámica: Mesa de diálogo (exploración de percepciones frente al concepto)

Se le pide a los AMPL que se organicen en tres grupos y se indica que entre los miembros escojan una imagen de factor de riesgo y una imagen de factor protector de las que se encuentran en la guía de la actividad anterior, luego con estas imágenes deben crear un relato donde relacionen los dos factores. Para ello cuentan con 5 minutos, una vez creadas las historias se les solicita a los AMPL que formen un círculo donde se establecerá una "mesa de diálogo", con el fin de intercambiar los relatos entre los participantes y debatir las diversas posturas y percepciones que presenten frente a la temática.

El objetivo de la actividad "Mesa de diálogo" es identificar las percepciones de los AMPL frente a los factores de riesgo y los factores protectores que facilitan o mitigan las conductas delictivas, así mismo, se desea conocer su historia de aprendizaje frente a su carrera delictiva. La actividad se *retroalimenta* a partir de la información recabada frente a la prevención y predicción de la conducta delictiva, llevando el diálogo hacia la reflexión buscando generar una nueva perspectiva frente a la comisión de un acto delictivo.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 2: "Zanjar el pasado"

Tema: Predictores de la conducta delictiva persistente o reiterativa.

Objetivo: Identificar las variables que inciden en la conducta delictiva, en relación con la persistencia y reincidencia en los AMPL.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	5 min.
2. Normas de convivencia	5 min.
3. Actividad rompe hielo: Tingo tango	5 min.
4. Dinámica: Estallando el globo (explicación del concepto)	25 min.
5. Cierre (retroalimentación)	5 min.
6. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Tingo tango

Para el desarrollo de la actividad los AMPL participantes deben estar sentados en un círculo o en su defecto cerca los unos a los otros. El profesional a cargo de la actividad debe contar con un objeto de tamaño medio que pueda rotar por las manos del participante, posterior a ello el profesional realiza la primera serie de tingo tango, ejemplificando la actividad, de tal forma que los usuarios puedan ver cómo se realiza.

Una vez organizados se debe escoger en cada serie quién cuente el tingo tango. Mientras se pasa entre los participantes el objeto elegido, quien quede con el objeto una vez el escogido deje de contar, debe responder una pregunta que elegirá alguno de sus compañeros al azar de una lista numerada (anexo 4. Preguntas) que posee el profesional a cargo de la actividad. Cada pregunta está relacionada con el estilo de vida de los participantes en la sesión.

El objetivo de la actividad es conocer de una forma lúdica algunas situaciones, experiencias o momentos que han influido en el aprendizaje de la conducta delictiva del sujeto participante del taller, de tal forma que se pueda enlazar con la actividad "estallando el globo".

Dinámica: Estallando el globo (explicación del concepto)

Para el desarrollo de esta actividad, se cuenta con cuatro momentos.

En la primera parte de la actividad se disponen tres grupos de variables (personales, familiares, laborales) escritas en tiras de papel impresas y luego recortadas (anexo 5. Tipos de variables). Cada grupo de variables debe ser ubicado en tres lugares diferentes del espacio donde se dicte la sesión (estaciones), posterior a ello se les solicita a los AMPL que se acerquen en grupos de tres personas a cada estación de variables (un grupo por variable). Una vez allí, se les indica que tomen un frase o tira (donde está escrita la variable) con la que se sientan más identificados, para llegar a un acuerdo se deben comunicar entre los integrantes del grupo ya que tienen que escoger una por grupo. Se rotan los grupos de participantes por las tres estaciones.

Una vez se finaliza la primera parte de la actividad y cada AMPL tiene las tres variables, se les indica que se sienten en forma de círculo para socializar (quienes deseen) las razones por las cuales tomaron esas tres variables. Una vez se comparta la opinión entre los participantes, se explica el concepto de variables predictivas de la conducta delictiva que facilitan la persistencia o reincidencia en esta.

Luego de realizar la socialización y posterior explicación se le entrega a cada AM un globo, el cual debe inflar (si no puede se le brinda ayuda), y pegar los tres factores escogidos en la primera parte de la actividad en el globo inflado.

Una vez los globos tienen pegados las variables se les menciona a los AMPL, a modo de reflexión, la frase "nunca se es demasiado viejo para fijar otra meta o para tener un nuevo sueño".

Finalmente, se invita al AMPL a que rompa con el pasado de forma simbólica estallando el globo con las variables predictivas de la conducta delictiva.

El objetivo de la actividad "Estallando el globo" es identificar qué variables personales, familiares y laborares han influido en la presentación de la conducta delictiva del AMPL, así mismo, se busca conocer las percepciones de los participantes y su postura frente a las variables estudiadas en la sesión.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Sesión 3: "Cruce y modificación de caminos"

Tema: Reincidencia como producto de la interacción entre los factores de riesgo y protección en relación con las variables familiares, personales y laborales de los AMPL.

Objetivo: Promover mecanismos de prevención que puedan reducir patrones de nuevas conductas delictivas.

Descripción de la sesión

Actividad	Duración
1. Saludo de bienvenida y presentación	5 min.
2. Normas de convivencia	5 min.
3. Actividad rompe hielo: Resistencia	5 min.
4. Dinámica: Reflexionando sobre las dos caras de la moneda (explicación del concepto)	25 min.
5. Cierre (retroalimentación)	5 min.
6. Aplicación encuesta de satisfacción	15 min.

Actividad rompe hielo: Resistencia

Para la actividad se realiza en el piso una línea que divida el espacio en dos áreas. Se les indica a los AM que se dividan en dos grupos repartidos de manera equitativa, luego que se ubique cada grupo en un lado del espacio, estos deben escoger un líder y ponerle un nombre al grupo, una vez sea elegido se indica que cada persona escogida se ubique a medio paso de la línea trazada y se tome de las manos con el compañero del frente. Una vez los líderes escogidos estén posicionados, los demás integrantes (los de los dos grupos) deben formar una fila sin importar el orden e ir pasando en medio de las manos de los líderes, para realizar el paso deberán entonar una canción de juego llamada "El puente está quebrado"[1] (anexo 6. Canción), cuando finalice la frase "menos el de atrás" quien quede en medio de los dos líderes debe *escoger* (hacer énfasis en la elección voluntaria) uno de los dos lados (y se menciona el nombre que previamente le han dado a cada uno) y así cada nuevo integrante de cada lado se hace detrás del líder y toma de la cintura a quien se encuentra delante de él.

Cuando todos los participantes se ubiquen en un lado se les pide que a la cuenta de tres cado grupo conformado jale hacia su lado correspondiente buscando pasar al grupo contendor del otro lado de la línea (cuidando que los participantes no incurran en afectaciones musculares por la fuerza ejercida, si alguno no puede participar el profesional a cargo deberá asignarle una tarea dentro de la actividad, ejemplo: preguntar al que queda en medio a qué grupo quiere pertenecer o ir contando —si lo sabe— cuántas personas van por lado).

El objetivo de la actividad es generar interacción, distención y movilidad en los participantes del taller, así mismo se *retroalimenta* teniendo en cuenta el concepto de reincidencia relacionando el comportamiento de "jalar hacia su propio lado" con los dos significados brindados en el taller.

1 "El puente está quebrado" es una canción infantil que se ha transmitido por generaciones en Colombia.

Dinámica: Reflexionando sobre las dos caras de la moneda (explicación del concepto)

La actividad estará dividida en dos momentos, el primero consiste en un conversatorio donde los AM exponen sus opiniones frente a dos preguntas que el profesional realizará a modo de introducción para la segunda actividad. Las preguntas son: ¿por qué creen que existen personas que *no* delinquen?, se socializarán las respuestas y las opiniones de los AMPL. Luego se les pregunta ¿por qué creen que existen personas que *sí* delinquen?, de la misma forma se socializan las respuestas. Esta actividad de socialización durará aproximadamente 10 minutos.

La segunda parte consiste en realizar un paralelo entre las razones para delinquir y las razones para no cometer actos ilícitos, para ello se entregará al AMPL una imagen impresa de una moneda (anexo 7. Las dos caras de la moneda), así mismo, se le dará pegamento, colores marcadores o témperas (cualquiera que se encuentre disponible). Una vez tenga los materiales el AM, se le indica que en una de las caras ponga las razones por las cuales *no* delinque una persona y en la otra cara las razones por las cuales *sí* lo hace, estas pueden ser dibujadas o escritas, es decir representadas de la forma que el usuario prefiera sobre la cara respectiva de la moneda. Esta parte durará aproximadamente 10 minutos.

Finalmente, se les pregunta a los AM ¿por qué creen que se ha utilizado una moneda para realizar la actividad?, de acuerdo con las respuestas se *retroalimenta* la actividad, recordándole al AM que aunque muchas veces las circunstancias los empujen a realizar acciones poco correctas, siempre existirá otro camino para salir de la situación de apuro, ya que son diversos factores los que influyen en su forma de comportarse como, por ejemplo, las creencias, el tiempo invertido en actividades convencionales, códigos morales, refuerzo de valores, autoconcepto positivo, compromiso con metas realistas, identificación con la legitimidad y respeto por las leyes, lazos afectivos adecuados e identificación de las redes de apoyo actuales. El tiempo estimado para el espacio de reflexión es de 5 minutos.

El objetivo de la actividad es reflexionar sobre los factores que influyen en el comportamiento delictivo y cómo estos dependiendo de la forma en la que se miren pueden o no mediar la aparición de la reincidencia.

Cierre y aplicación de encuesta: Conforme a la metodología del programa.

Anexos

Anexo 1. Figuras y fábula

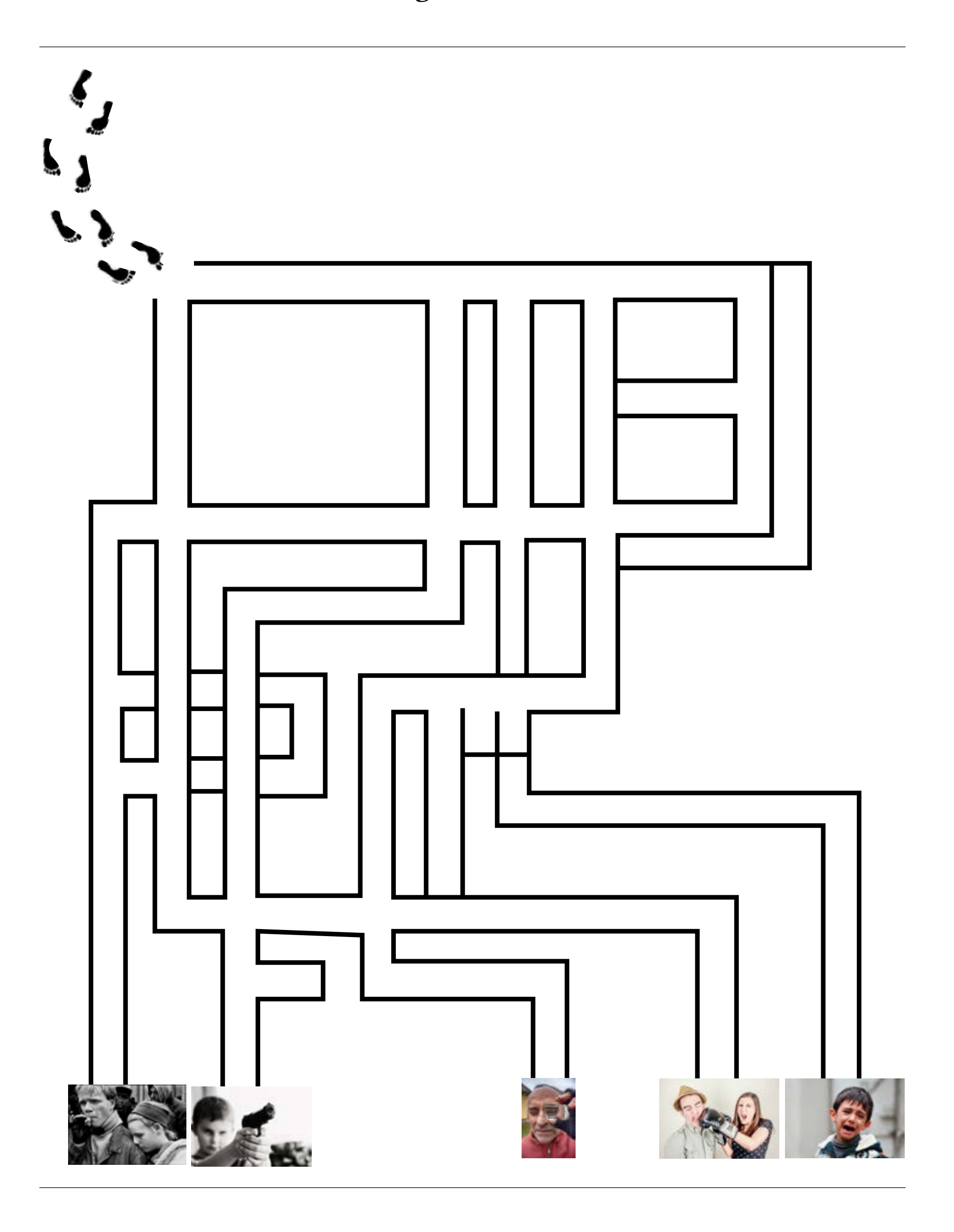
Un gato, un ratón y un perro se encuentran en la orilla del río esperando cruzarlo en barco, sin embargo, en el barco solo pueden cruzar dos animales al tiempo, ya que si el gato se queda con el ratón se lo come, y si el perro se queda con el gato pelan. ¿Cómo hacen para cruzar?



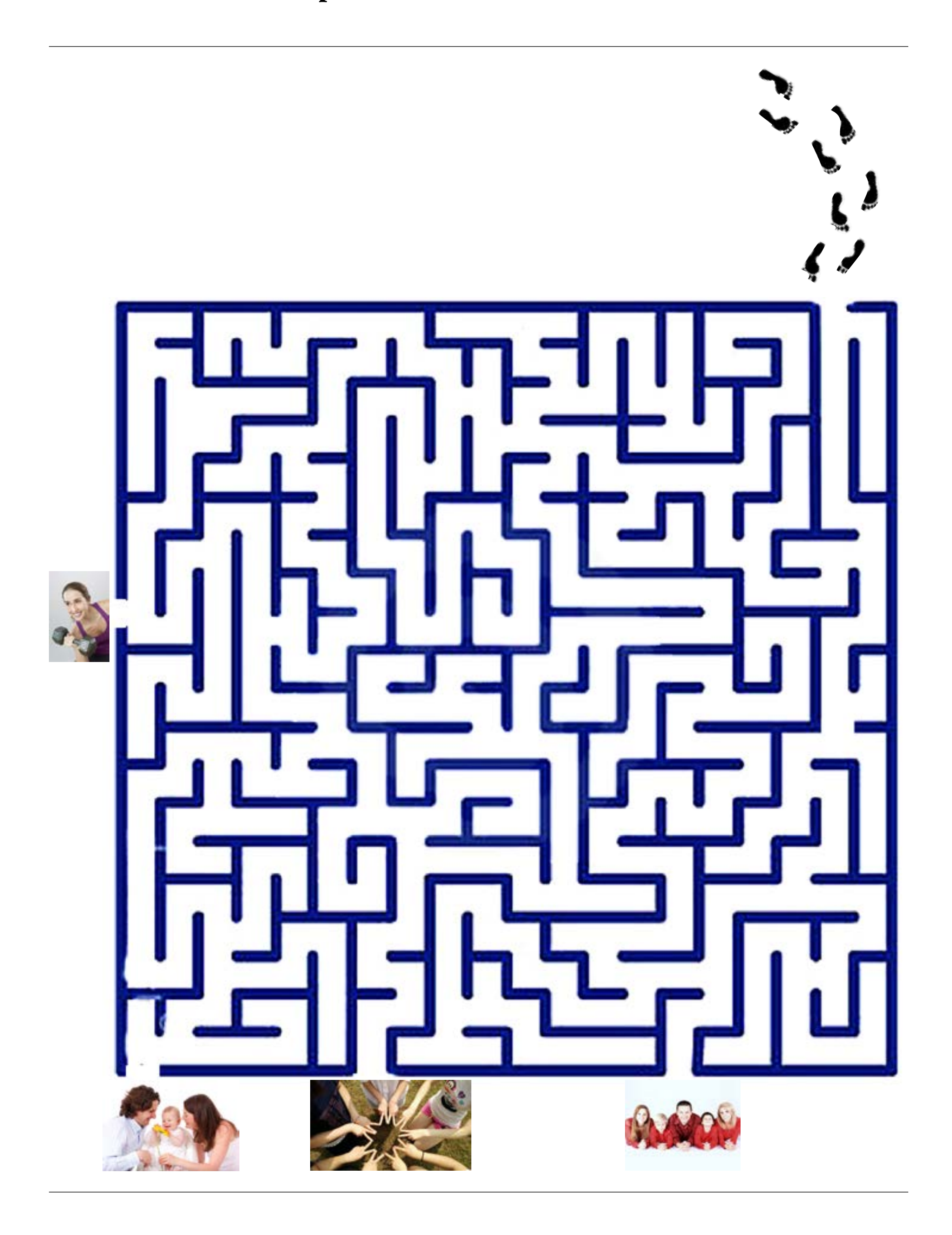


Fuente: pixabay.com

Anexo 2. Factores del riesgo



Anexo 3. Factores protectores



Anexo 4. Preguntas

¿Soy un pensador positivo u optimista?
¿Me gustan las cosas fáciles o que me cuesten un poco?
¿El contexto (barrio, localidad) en el que se desarrolla el sujeto influye en su forma de vivir?
¿Cree que su vida depende del estado actual de la sociedad en la que habita?
¿Ha presenciado algún tipo de evento violento en el trascurso de su vida?
¿Se le facilita buscar soluciones a sus problemas?

Anexo 5. Tipos de variables

Variables personales
Dificultad para controlar impulsos
Baja estima
Facilidad para sentir ansiedad frente a una situación inesperada
Susceptibilidad al aburrimiento
Sentimientos de culpa
Presiones por parte de terceros

Variables familiares
Dificultad en la convivencia entre los miembros de la familia
Inconformidades por problemas económicos
Estructura familiar
Distribución de reglas y normas dentro del hogar

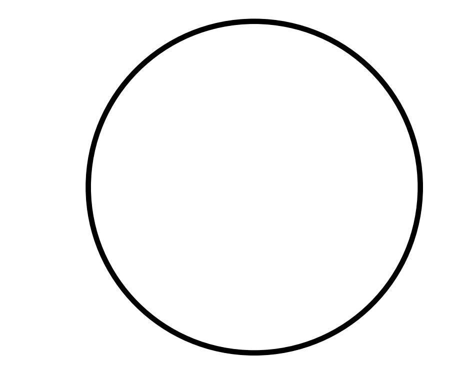
Variables laborales
Necesidad de reconocimiento social
Ejemplo de pares
Facilidad para obtener dinero
Bajo esfuerzo para obtener una ganancia
Poder social

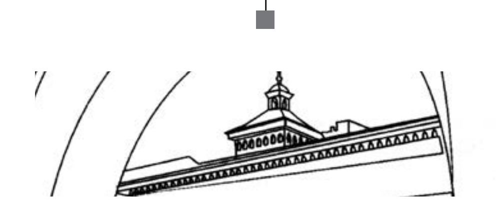
Anexo 6. Canción

El puente está quebrado,
¿con qué lo curaremos?
con cáscaras de huevo
burritos al potrero.

Que pase el rey
que ha de pasar
con todos sus hijitos
menos el de atrás!

Anexo 7. Las dos caras de la moneda





Referencias

Abaunza, F.C., Mendoza, M.M., Bustos, B.P., Paredes, A.G., Enríquez, W.K., & Padilla, M.C. (2014). *Adultos mayores privados de la libertad en Colombia*. Bogotá: Editorial Universidad del Rosario.

Aimar, Á., De Dominici, C., Stessens, M.L., Torre, M., & Videla, N. (2009). *Desmitificando la vejez: hacia una libertad situada, una mirada crítica sobre la realidad del adulto mayor.* Buenos Aires: Eduvim - Editorial Universitaria Villa María.

Andrews, D., & Bonta, J. (2010). *The psychology of criminal conduct.* Cincinnati: Anderson Publishing Co.

Aranibar, P. (2001). Acercamiento conceptual a la situación del adulto mayor en América Latina. *Cepal - Series población y desarrollo, 21*, 23-20.

Ballesteros, S. (2002). *Habilidades cognitivas básicas: farmación y deterioro.* Madrid: UNED Ediciones.

Bandura, A. (1982). Teoría del aprendizaje social. Madrid: Espasa-Calpe.

Barlow, D. & Durand, M. (2001). Psicopatología. Madrid: Paraninfo.

Bedini, S. (2013). Qué es la ansiedad. [Articulo electrónico]. 07 de octubre de 2013. Recuperado de http://suite101.net/article/que-es-la-ansiedad-a24933#.VzSKkNLhDcs

Blatt, Moshe M., and Lawrence Kohlberg. *The effects of classroom moral discussion upon children's level of moral judgment*. *Journal of Moral Education* 4.2 (1975): 129-161.

Caballo, V. (2002). *Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de trastornos psicológicos.* Madrid: Siglo XXI.

Calva, J. (2007). *Derechos y políticas sociales.* México D.F.: UNAM.

Calvo, G., Sánchez, O., & Sánchez, M. (2012). Escuela del deporte: valoración de una campaña para la promoción de valores. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 67-81.

Cardona, A. (2000). *Formación de valores: teoría, reflexiones y respuestas.* Mexico: Grijalbo.

Carreras, L., Gómez, M., & Ojeda, V. (2006). *Cómo educar en valores.* Madrid: Narcea.

Castillo, O., & Corrales, F. (Julio, 2011). Efectos psicológicos del encarcelamiento presentes al momento del proceso de reinserción social en hombre privados de libertad. Recuperado de http://psicologiajuridica.org/archives/663

Cobra, E. R., Mojtaba, N., Faribaani, h., & Shahla, D. (2013). The effect of the using the brainstorming method on the academic achievement of students in grade five in Tehran elementary schools. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 230-233.

Colombia, Ministerio de Educación (2004). Altablero. Recuperado de http://www.mineducacion.gov.co/1621/article-87284.html

Consuegra, N. (2010). *Diccionario de Psicología.* Bogotá: Ecoe Ediciones.

Denegri, M. (s.f.). *Introducción a la psicología económica.* Chile: Psicom Editores.

Denegri, M., Gempp, R., Rojas, C. D., Etchebarne, S., & González, Y. (2006). El aporte de la psicología eduacional a las propuestas de educación económica: los temas claves. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, *15*, 69-84.

Durán, U. (2013). Por qué la ansiedad afecta tu sistema nervioso central. [Artículo electrónico]. 2013. Recuperado de http://www.actacorporation.com/por-que-la-ansiedad-afecta-tu-sistema-nervioso-central/

Esbec, E. & Echeburúa, E. (2010). Violencia y trastornos de la personalidad: implicaciones clínicas y forenses. Actas Españolas de Psiquiatría, vol. 38, número 5, 249-261.

Fernández, N., García, F., & Fernández, A. (2012). *Educar para la participación ciudadana en la enseñanza de las ciencias sociales.* Sevilla: Díada Editora, S. L.

Ferro, G. R., Valero, A. L., & López, B. M. (2007). Novedades y aportaciones desde la psicoterapia analítica funcional. *Psicothema*, 452-458.

Fonseca, l. (2012). *El poder de ahorrar.* (s.i) (s.e).

García, E., Fuste, A & Bados, A. (2008). *Manual de entrenamiento en respiración.* [Manual electrónico] Universidad de Barcelona. Recuperado de http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/3941/1/MANUAL%20DE%20ENTRENAMIENTO%20EN%20RESPIRACI%C3%93N.pdf

Garrido, V., & López, M. (2005). *Manual de intervención educativa en readaptación social.* Valencia: Tirant lo Blanch.

Gión, S., Pérez, N., & Navarro, I. (2011). Desarrollo adulto y envejecimiento. En N. P. Peréz, & I. Navarro, *Psicología del desarrollo humano: del nacimiento a la vejez* (pp. 265- 275). España: Editorial Club Universitario.

Godoy, L. (2012). *El adulto mayor en el establecimiento penitenciario y carcelario Inpec Bucaramanga: Estrategia procedimental conjunta "unidos por un*

mismo sentir". (Tesis de pregrado): Facultad Ciencias Humanas. Universidad Industrial de Santander.

Gómez Ceja, G. (1988). *Método práctico para planear y desarrollar sistemas administrativos.* México: Edicol.

Gonzáles de Canto (s.f.) *Genograma familiar.* Departamento de Psiquiatría y Salud Mental. Universidad de Chile. Recuperado de http://www.medicina-familiar.cl/sitio/images/stories/genorama.pdf

González, M. D. (1992). *Conducta prosocial: evaluación e intervención.* Morata. Recuperado de http://www.espaciologopedico.com/recursos/glosariodet.php?Id=181

Guardiola. J. (2012). *Diferencias individuales y delito: el factor edad, sexo, inteligencia y personalidad*. Universidad Catolica San Antonio de Murcia.

Guízar Montúfar, R. (2008). *Desarrollo organizacional. Principios y aplicaciones.* México: McGraw-Hill.

Hernández, G. (2006). *Diccionario de economía.* Bogota: Editorial Universidad Cooperativa de Colombia.

Ibáñez, J.-E. R. (1979). Perspectiva sociológica de la vejez. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas (REIS)*, 77-97.

Jarrod, S. T., & David, J. L. (2012). Behavioural activation therapy: Philosophy, concepts, and techniques. *Behaviour Change*, 77-96.

Jiménez Betancourt, E. El proyecto de vida en el adulto mayor [artículo en línea]. Medisan 2008;12(2). <http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol12_2_08/san09208.htm>

Kolb, B., & Whishaw, I. Q. (2009). *Neuropsicología humana.* Madrid: Editorial Medica Panamericana.

Labrador F. J., Cruzado J. A. & Muñoz M., (2008) *Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta. Capítulo Técnicas de solución de problemas. Becoña I. E.* Madrid: Editorial Pirámide.

Langevin, L. (2000). *La comunicacion un arte que se aprende.* Bilbao: Sal Terrae.

López, L., Díaz, D., González, S., & Valero, A. (2012). Cambios en la empatía, la asertividad y las relaciones sociales por la aplicación del modelo de instrucción educación deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 321-330.

Lundgren, T., Luoma, J., Dahlc, J., Strosahld, K., & Melinc, L. (2012). The Bull's-Eye Values Survey: A Psychometric Evaluation. *Cognitive and Behavioral Practice*, 518-526.

Maero, F. (2015). Activación conductual en la vida cotidiana. Horacio. *Revista de Ciencias conductuales-contextuales*, 8-11.

Martín, V. (2009). Los jóvenes internados en prisiones andaluzas. Sus actitudes ante los procesos de reeducación. *Revista Interuniversitaria de Pedagogía Social*, 149-157.

Marrón, E. M., Blázquez, J. L., Galpasoro, N., & González, B. (2009). *Estimulación cognitiva y rehabilitación neuropsicológica.* Editorial UOC.

Moix, Q. J. (2006). Las metáforas en la psicología cognitivo-conductual. *Papeles del psicólogo*, 116-122.

Moner, A., Artiles, A., Lobo, F., & Badia, F. (2009). ¿Sirve el trabajo penitenciario para la reinserción? Un estudio a partir de las opiniones de los presos de las cárceles de Cataluña. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas* (REIS), 11-31.

Montes de Oca, V. (2003) Redes de apoyo social de personas mayores: elementos teóricos-conceptuales. Curso calidad de vida de personas mayores, instrumentos para el seguimiento de políticas y programas. Celade, División de población Cepal. Santiago de Chile. Recuperado de http://www.cepal.org/celade/noticias/paginas/7/13237/PP18.pdf

Olate, R. & Salas, C. (2010). ¿Cómo intervenir en los problemas de violencias y delincuencia juvenil? El fracaso de los enfoques punitivos y las posibilidades del enfoque de la salud pública. *Revista de trabajo social*. Pontificia Universidad Católica de Chile.

ONU. http://www.un.org/es/globalissues/family/

Ovejero, A. (1990). Las habilidades sociales y su entrenamiento: un enfoque necesariamente psicosocial. *Psicothema* Vol. 2, N. 2., pp. 93-112.

Páez, B. M., Gutiérrez, M. O., Valdivia, S. S., & Luciano, S. C. (2006). Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y la importancia de los valores personales en el contexto de la terapia psicológica. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 1-20.

Peña, M. E. (2010). *Conducta antisocial en adolescentes: factores de riesgo y de protección.* Unversidad Complutense de madrid. Madrid: Unversidad Complutense de Madrid.

Pinsof, W. M., Zinbarg, R. E., Shimokawa, K., Latta, T. A., Goldsmith, J. Z., Knobloch, F., & Lebow, J. L. (2015). Confirming, Validating, and Norming the Factor Structure of Systemic Therapy Inventory of Change Initial and Intersession. *Family Process*, 464-484.

Real Academia Española (2001). *Diccionario de la lengua española* (22.ª ed.). Madrid, Spain: Author. Recuperado de http://www.rae.es/

Redondo, I. S., & Pueyo, A. A. (2007). La psicología de la delincuencia. *Papeles del Psicólogo*, 147-256.

Resico, M. F. & Timor, M.J. (2014). Introducción a la economía social de mercado. Konrad Adanauer Stiftung.

Robles, V. (2011). La ineficacia de la discusión de dilemas morales en el crecimiento de la competencia moral en trabajadores y estudiantes. dos casos Mexicanos. *Revista CES Psicología*, 47-59.

Ruiz, A., & Chaux, E. (2005). *La formación de competencias ciudadanas.* Bogotá: Ascofade.

Ruíz, M. V., Ávila, M. R., & Fortoul, T. I. (2009). Capítulo 1: La memoria. En *La memoria* (pp. 17 -27). México: Editorial Médica Panamericana.

Ruíz, M. V., Ávila, M. R., & Fortoul, T. I. (2009). Capítulo 3: Clasificación de la memoria. En *La memoria* (pp. 35-41). México: Editorial Médica Panamericana.

Sabino, C. (1991). *Diccionario de ecomomía y finanzas.* Recuperado de http://paginas.ufm.edu/SABINO/ingles/book/diccionario.pdf

Sauceda G.J. (1991) *Psicología de la vida en familia: una visión estructural. Revista médica.* Instituto Mexicano del Seguro Social (México). Vol. *29*(1).

Serna, J. (2002). *Deberes y derechos de los jovenes.* Bogotá: San Pablo.

Sierra, M., Rodríguez, L. & López, N. (2012). Programa de actividad física sobre los niveles de ansiedad en adultos mayores privados de la libertad. *Revista digital:* 17 (173). Recuperado de EFDeportes.com, http://www.efdeportes.com/efd173/actividad-fisica-enadultosprivados-de-la libertad.htm

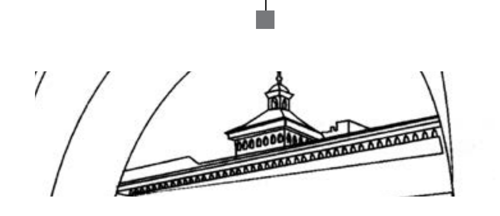
Sole, I. (2012). Competencia lectora y aprendizaje. *Revista iberoamericana de educación*, 43-61.

Van-der Hofstadt, R. C. (2005). *El libro de las habilidades de comunicación.* Madrid: Ediciones Díaz de Santos.

Vásquez, A. (2004). Psicología forense: Sobre las causas de la conducta criminal. Universidad Interamericana de Puerto Rico, San Juan. En http://www.psicologiacientifica.com/psicologia-forense-conducta-criminal/

Vázquez, C., Hervás, G., Hernangómez, L., & Romero, N. (2010). Modelos cognitivos de la depresión: una síntesis y nueva propuesta basada en 30 años de investigación. *Behavioral Psychology*, Recuperado de

http://pendientedemigracion.ucm.es/info/psisalud/carmelo/PUBLICACIONES_pdf/2009-Modelo_cognitivo_depresion(Vazquez_et_al)-Ps_Conductual_2009.pdf
Verdejo, G. A., & Bechara, A. (2010). Neuropsicología de las funciones ejecutivas. Psicothema, 227-235.



Sobre los autores

Mónica Alexandra Mendoza Molina

Socióloga de la Universidad Nacional de Colombia, postgrado en Metodología de la Investigación en Ciencias Sociales de la Universidad Europea Miguel de Cervantes. Actualmente se desempeña como profesional de investigación del Instituto Rosarista de Acción Social "Rafael Arenas Ángel" –SERES– de la Universidad del Rosario.

Laura Luna Buitrago

Psicóloga, especialista en psicología forense con experiencia en atención grupal e individual, diseño e implementación de talleres, trabajo clínico con adolescentes y personas en condición de discapacidad y trabajo clínico y jurídico con personas privadas de la libertad.

Carol Iván Abaunza Forero

Abogado de la Universidad del Rosario, máster en Ciencia Política de la Pontificia Universidad Javeriana, especialización en Derecho Administrativo de la Universidad del Rosario, especialización en Derecho Penal y Ciencias Criminológicas de la Universidad Externado de Colombia.

Giovanny Paredes Álvarez

Administrador de empresas de la Universidad Externado de Colombia, máster en Economía de la Universidad Javeriana. Actualmente se desempeña como docente universitario.

Paola Bustos Benítez

Psicóloga de la Universidad Santo Tomás, especialización y máster en Psicología Jurídica de la Universidad Santo Tomás. Actualmente se desempeña como docente universitaria.



Este libro fue compuesto en caracteres
Goudy Old Style 12

Fue impreso sobre papel bond de 70 gramos y
encuadernado con método Hot Melt

Bogotá, Colombia
Agosto de 2016